குழந்தை வை...

KULANTAI VAITTIYAM

by

டாக்டர் எஸ். திரிபுரசுந்தரி எம். பி., பி. எஸ்.

"லக்ஷ்மி"

TIRUPURACUNTARI (S

CONNEMARA PUBLIC L...
5 MAR 1955
MADR...

இன்ப நிலையம்

மயிலாப்பூர் :—: சென்னை—4.

உஷாவுக்கு
சமர்ப்பணம்

விலை ரூ. 3-4-0

"லக்ஷ்மி" எழுதிய இதர நூல்கள்

★

நாவல்

மிதிலாவிலாஸ்
லட்சியவாதி
பெண்மனம்
பவானி
காஞ்சனையின் கனவு
வீரத்தேவன் கோட்டை
மரகதம்
சூரியகாந்தம்
டாக்டரின் டைரி

வைத்திய நூல்

குழந்தை வைத்தியம்
ரகசிய நோய்கள்
தாய்மை
குழந்தை வளர்ப்பு

சிறு கதை

நீலப் புடவை

அச்சிட்டோர் : கமர்ஷியல் பிரிண்டிங் அன் பப்ளிஷிங் ஹவுஸ்,
46, அரண்மனைக்காரத் தெரு, சென்னை-1.

50623
L9C
3172

5 MAR 1955
MADRAS
83

பதிப்புரை

விடுதலை பெற்ற குடியரசு இந்தியாவில் அநேகம் தேவைகள் நம்மை எதிர் நோக்கி நிற்கின்றன. அவை களில், நாட்டைப் பாதுகாக்கத் திடகாத்திரமான பிரஜை கள் மிக முக்கியம்.

பிறநாடுகளைக் காட்டிலும் நம் நாட்டில் சிசு மரண அதிகம் ஏற்படுகிறதெனப் புள்ளி விபர நிபுணர்கள் கூறு கின்றனர். இதற்குள்ள பல காரணங்களில், குழந்தை வளர்ப்பைப் பற்றி சரியாக அறியாததும், வளர்ந்து வரு விஞ்ஞான உலகின் வெற்றிச் சாதனங்களைப் பயன்படு திக் கொள்ளத் தெரியாததும் முக்கியமாகும்.

பிறநாடுகள் உலக அழிவிற்கு விஞ்ஞானத்தைப் பயன் படுத்திப் பரீட்சை செய்து கொண்டிருக்கும் இந்நாளில் நம்மக்கள் ஆக்க வழிக்குக்கூட விஞ்ஞான முறைகளை பயன்படுத்திக் கொள்ளத் தெரியவில்லை. அந்த வாய்ப்பு நமக்கு சுலபத்தில் கிட்டவில்லை.

ஆங்கிலம் அறிந்தவர்கள் விஞ்ஞானக் கலைகளை த ழில் தரவேண்டும். பலமொழி — கலை வல்லுனராகவு சிறந்த சிந்தனையாளராகவும் இருக்கலாம். ஆனால், தா கற்றதை—சிந்தித்ததை—அனுபவத்தால் அறிந்தவ பிறருக்கும் பயன்படும் வகையில் எழுதுவதற்குத் தனி திறமை வேண்டும்.

டாக்டர் எஸ். திரிபுரசுந்தரி ("லக்ஷ்மி") அவர்க சிறந்த எழுத்தாளர் என்பதை தமிழகம் நன்கு அ அவர்கள் ஒரு டாக்டராகவும் இருந்து தொழில்

நல்ல அனுபவமும், ஸ்த்ரீ—சிசு பரிபாலனத்தில் நிபுணத்துவமும் பெற்றிருக்கிறார்கள். விஞ்ஞான முறையில் தாம் கற்ற—அனுபவத்தால் அறிந்த வைத்திய முறைகளை சுவைமிக்க எளிய நடையில் இந்நூலை எழுதியுள்ளார்கள்.

தாய்க்கு ஒரு குழந்தையைப் பெற ஏற்படும் சிரமங்களைக் காட்டிலும்—பிறந்த பின் அதை வளர்த்துப் பாதுகாக்க உண்டாகும் தொல்லைகள் மிக அதிகமாகும். குழந்தை, தாய் வயிற்றிலிருந்து வெளிப்படுவது முதல், பிறந்த பின் வாலிபப் பருவம் எய்தும் வரை ஏற்படும் பெரும்பாலான நோய்கள்—அது வராமல் தடுப்பது—வந்தபின் போக்குவதற்குள்ள வழிகள். ஆகியவற்றை விஞ்ஞான ரீதியான வைத்திய முறைகளை இந்நூலில் விளக்கிக் கூறப்பட்டிருக்கின்றன.

இந்நூலை தமிழறிந்த ஒவ்வொரு பெற்றோரும்—இனிமேல் பெற்றோராவோரும் அவசியம் படித்துப் பயனடைய வேண்டுமென்பதே எங்கள் பேரவா. இந்நூலை வெளியிடும் நல்வாய்ப்பை அளித்த டாக்டர் எஸ். திரிபுரசுந்தரி அவர்களுக்கு எங்கள் நன்றி உரியதாகும்.

சோம. சுவாமிநாதன்

5—12—52

இன்ப நிலையம்

5 MAR 1955
MADRAS

பொருளடக்கம்

அத்தியாயம் 1

குழந்தைகளும் நோய்களும் (பக்கம் 5—16)

பிறக்கு முன் வரக்கூடிய நோய்கள், 6; கருப்பையில் இருக்கையில் ஏற்படும் நோய்கள், 7; பிறக்கும் பொழுது ஏற்படும் சில நோய்கள், 8; பிறந்த பின்பு ஏற்படும் சில நோய்கள், 8; பிறந்த முதல் மாதம், 8; முதல் இரண்டு வருடங்கள், 9; நடக்கும் பருவத்தில் வரும் நோய்கள், 10; பள்ளிப் பருவம், 10; நோய்களைத் தடுக்கும் முறைகள், 11; நோயாளியை அப்புறப்படுத்துதல், 11; பரிசுத்தப்படுத்துதல், 13; போஷணைக் குறைவை சீர்திருத்துதல், 13; பரிசோதனைச் சாலையில் பரீட்சைகள், 14; சுகாதாரக் கல்வி, 14; பள்ளிகளில் வைத்திய பரிசோதனை, 15.

அத்தியாயம் 2

வீட்டில் வைத்தியம் (பக்கம் 16—38)

வைத்திய சாதனங்கள், 17; தேவையான மருந்துகள், 17; காய்ச்சல், 18; தர்மா மீட்டரை உபயோகிப்பது எப்படி?, 20; தர்மா மீட்டரை வாசிக்கும் முறை, 21; அதிக ஜுரம் அடித்தால் என்ன செய்யவேண்டும்? 24; மருந்து கொடுக்கும் முறை, 27; தாயார் செய்யக்கூடாதது, 28; நோயாளிக் குழந்தையைக் கையாளும் முறை, 29; ஆகாரம், 30; ஆஸ்பத்திரி வாசம், 31; நோயாளிக் குழந்தையைக் கவனிக்கும் முறை, 32; எனிமா கொடுப்பது எப்படி? 33; ஒத்தடம், 35; மாவு கிளரி வைத்துக் கட்டுதல், 36; பத்துப் போடல், 37.

அத்தியாயம் 3

கருப்பையில் இருக்கையில் ஏற்படக்கூடிய நோய்கள்
(பக்கம் 38—44)

ஸிபிலிஸ், *39*; இளைத்தல், *39*; சர்மத்தின்மீது எழுச்சிகள், *40*; தட்டை கொப்புளங்கள், *40*; சிவப்புப் புள்ளிகள் போன்ற எழுச்சிகள், *40*; பெரிய கொப்புளங்கள், *40*; மூக்கடைப்பு, *41*; புண், *42*; இதர அறிகுறிகள், *43*; சிகிச்சை, *43*.

அத்தியாயம் 4

பிறக்கும்பொழுது ஏற்படக்கூடிய நோய்கள்
(பக்கம் 44—54)

மூச்சு முட்டல், *44*; தலையில் வீக்கம், *49*; எலும்புகள் முறிவு, *51*; மூளையில் இரத்தப் பிரவாகம், *51*; நரம்புகளில் காயம், *51*; பிறந்த குழந்தையிடம் காணப்படும் சில கோளாறுகள்—ஆசன வாய் அடைத்துக் கிடத்தல், *52*; மூத்திரத் துவாரத்தில் சதை மூடியிருத்தல், *52*; பிளந்த உதடு, *53*.

அத்தியாயம் 5

பிறந்த பின்பு வரும் நோய்கள் (பக்கம் 54—60)

கண்வலி, *54*; மஞ்சள்காமாலை, *55*; விஷ ஜன்னி, *56*; மலத்தில் இரத்தம், *57*; சர்மத்தில் இரத்தப் பிரவாகம், *58*; தொப்புள் கொடியில் இரத்தப் பிரவாகம், *59*; பெண் உறுப்பிலிருந்து இரத்தம் கசிதல், *60*.

அத்தியாயம் 6

ஜீரணக் கருவிகளைப் பற்றிய நோய்கள் (பக்கம் 60—90)

வாயில் புண், *60*; அழுகும் கிரந்தி, *61*; துத்திப் புண், *62*; அஜீரணம், *63*; குடல் பூச்சிகள், *68*; மலச் சிக்கல், *74*; வயிற்று நோவு, *78*; வாந்தி, *82*; பேதி, *84*; பசியின்மை, *87*; இளைத்தல், *89*.

அத்தியாயம் 7

ஈரல் குலேக்கட்டி (பக்கம் 90—97)

முதல் நிலே, 94; இரண்டாவது நிலே, 94; மூன்ருவது நிலே, 95.

அத்தியாயம் 8

உணவில் உள்ள குறைகளினுல் ஏற்படும் நோய்கள் (பக்கம் 98—109)

உணவில் உள்ள சத்துப் பொருள்கள், 98; ஸ்கர்வி, 104; ரிக்கெட்ஸ், 106.

அத்தியாயம் 9

தொண்டை, மூக்கு, சுவாசக் குழல் சம்பந்தப்பட்ட நோய்கள் (பக்கம் 109—126)

சளி, 109; காது வலி, 111; இருமல், 113; நிமோனியா, 115; டான்ஸில்களும் அடினுய்டும், 117.

அத்தியாயம் 10

அலர்ஜி (பக்கம் 121—130)

ஆஸ்த்துமா, 123; எக்ஸிமா, 129.

அத்தியாயம் 11

சர்மத்தைப் பற்றிய நோய்கள் (பக்கம் 131—138)

வேர்க்குரு, 131; பூச்சிக்கடி, 132; சொரி சிரங்கு, 132; சிரங்கு, 134; படர் தாமரை அல்லது எச்சிற்றழும்பு, 136; கொப்புளங்கள், 137; அக்கி, 138.

அத்தியாயம் 12

சில தொத்து நோய்கள் (பக்கம் 139—166)

தொத்து நோய்களும் பரிசுத்த முறைகளும், *139*; அம்மைகள்—தட்டம்மை, *142*; பெரியம்மை, *146*; சின்னம்மை, *150*; புட்டாலம்மை, *154*; கக்குவான் இருமல், *156*; டிப்தீரியா, *160*; இளம்பிள்ளை வாதம், *163*; சீதபேதி, *166*.

அத்தியாயம் 13

சில தொந்தரவுகள் (பக்கம் 167—172)

தூக்கமின்மை, *167*; நடக்க முடியாமை, *169*; தலை வலி, *170*; விக்கல், *171*.

அத்தியாயம் 14

சில விபத்துக்கள் (பக்கம் 172—177)

காயங்கள், *172*; விளையாட்டுச் சாமான்களினால் நேரும் விபத்துக்கள், *174*; நெருப்புக் காயம், *176*; எலும்பு முறிவு, *177*.

அத்தியாயம் 15

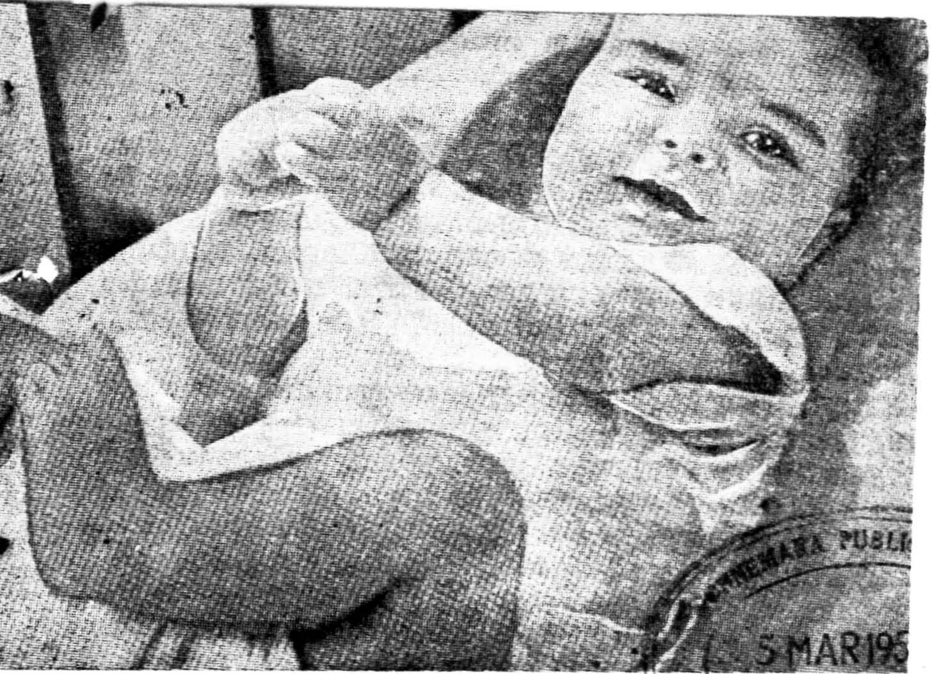
நரம்புக் கோளாறுகள் (பக்கம் 178—188)

மாந்த இரைப்பு, *178*; கை, கால்கள் இழுத்துக் கொள்ளுதல், *180*; தலையாட்டம், *181*; தலைமோதல், *182*; பயந்த கோளாறு, *182*; படுக்கையில் மூத்திரம் கழித்தல், *185*; வலிப்பு, *187*.

அத்தியாயம் 16

நோயற்ற வாழ்வு (பக்கம் 189—193)

தாயின் கடமை, *189*; தந்தையின் கடமை, *191*; சமூகத்தின் கடமை, *192*.



CONNEMARA PUBLIC
5 MAR 195
MADRAS

குழந்தை வைத்தியம்

1. குழந்தைகளும் நோய்களும்

சாதாரணமாக எல்லோருக்கும் வரக்கூடிய அநேக நோய்கள், குழந்தைகளையும் பாதிக்கலாம். எனினும் குழந்தைப் பருவத்தில், குழந்தைக்கு என்று சில தனிப் பட்ட நோய்கள் வருகின்றன. இவைகளைக் குழந்தை களின் நோய்கள் என்று தனிப் பெயரிட்டு அழைப்பதில் தவறில்லை.

குழந்தையையும் ஒரு சிறு மனிதன் என எண்ணி விடுகின்றோம். அது தவறு. உடல் அமைப்பிலும், உறுப்பு கள் இயங்கும் முறைகளிலும், குழந்தைக்கும் நல்ல வயது

வந்த மனிதனுக்கும் அதிக வேற்றுமைகள் உள்ளன. உதாரணமாக, பிறந்த குழந்தையினுடைய இருதயத்தின் அமைப்பிற்கும், இயங்கும் முறைக்கும், வயதுவந்த மனிதனின் இருதய அமைப்பிற்கும், இயங்கும் முறைக்கும் பெரும் வித்தியாசத்தைக் காணலாம். மேலும், குழந்தையின் உடலில் உள்ள தசைகள், பெரியவர்களின் உடலில் உள்ள தசைபோல் உறுதியாகவும், பூரண வளர்ச்சியுற்றதாகவும் இருப்பதில்லை. எலும்புகள் கடினமாகி உரம் பெருது, நெகிழ்ந்து வளைந்துகொள்ளும் வளர்ச்சிப் பருவத்தில் உள்ளன. ஆகவே, குந்தையை ஒரு பொழுதும் சிறு மனிதன் என்று கருத முடிவதில்லை. இப்பருவத்தில் உடலில் உள்ள உறுப்புகள் வளரும் நிலையில் இருப்பதால், இவைகளுக்குச் சில பிரத்தியேக நோய்கள் ஏற்பட ஏதுவாகிறது. ஆகவேதான், குழந்தைக்கு என்று சில தனிப்பட்ட நோய்கள் ஏற்படுகின்றன என்றும், அவற்றைக் குழந்தையின் நோய்கள் என அழைக்கலாம் என்றும் குறிப்பிட்டோம்.

குழந்தையின் நோய்களைப் பொதுவாக நான்கு பெரும் பிரிவினையாகப் பிரிக்கலாம்.

1. பிறக்குமுன் ஏற்படும் நோய்கள்.
2. கருப்பையில் இருக்கையில் ஏற்படும் நோய்கள்.
3. பிறக்கும்பொழுது ஏற்படும் சில நோய்கள்.
4. பிறந்த பின்பு வரக்கூடிய சில நோய்கள்

என்பன ஆகும்.

1. பிறக்குமுன் வரக்கூடிய நோய்கள்:— இவைகளைப் 'பாரம்பரிய நோய்கள்' என்று அழைப்பார்கள். அதாவது ஒரு குறிப்பிட்ட குடும்பத்திலே சில தலைமுறைகளாக ஏற்பட்டுள்ள சில நோய்கள், அக்குடும்பத்திலே பிறக்கும் குழந்தைகளிடமும் காணப்படலாம் என்பதாகும். காக்காய் வலிப்பு, மூளை மந்தம் போன்றவை தாயார், பாட்டியார் முதலியவர்களிடமிருந்து பாரம்பரிய

மாகப் பிறக்கும் குழந்தைக்கும் ஏற்படுகின்றன. பிளந்த உதடு போன்ற பிறவிக் கோளாறுகள் கூடத் தொடர்ச்சியாக ஒரு குறிப்பிட்ட குடும்பத்தில் பிறக்கும் குழந்தைகளிடம் காணப்படலாம். தமிழ் நாட்டில் மிகப் பிரபலமாக உள்ள ஈரல் குலைக்கட்டி என்பதுகூட ஒருவகையில் பாரம் பரியமாக வரும் நோய்களில் ஒன்று எனக் கருதப் படுகிறது.

குழந்தைகளுக்கு இவ்வாறு பாரம் பரியமாக வரும் நோய்களைத் தடுப்பது எளிது. கல்யாணம் என்பது சூழ் நிலையிலும், சமூகக் கட்டுப்பாடுகளினாலும் பெரிதும் பாதிக்கப்பட்டிருந்த போதிலும், நல்ல சந்ததிகளை உத் தேசித்துத் திருமணம் செய்துகொள்ளுகிற ஆண் பெண் இரு பாலரும் கீழ்க்கண்ட விஷயங்களைக் கவனித்தால் இந்நோய்கள் குழந்தைகளிடம் வராது தடுத்துவிடலாம்

i. காக்காய் வலிப்பு, பைத்தியம், மூளை மந்தம் போன்றவை, மணந்து கொள்ள விரும்புகிறவர் குடும்பத் தில் இருக்கும் நெருங்கிய பந்துக்களிடம் உள்ளனவா?

ii. இருதயநோய், க்ஷயம், நீரழிவு போன்ற நோய் கள் ஏற்பட்டிருந்தால், திறமையான வைத்தியத்தால் இந்நோய்கள் பூரண குணமடைந்துவிட்டனவா?

இந்த இரு விஷயங்களையும் நன்றாக அறிந்து கொண்ட பிறகு மணந்துகொள்வது மிகவும் நலமாகும்

2. கருப்பையில் இருக்கையில் ஏற்படும் நோய்கள்:—'ஸிபிலிஸ்' எனும் நோயால் தாயின் இரத்தம் கெட்டிருந்தால், அவள் கருவிலே வளரும் குழந்தையையும் அந்நோய் பீடித்துக் கொண்டு விடுகிறது. கர்ப்பிணியாக உள்ள தாய் நல்ல சத்துள்ள உணவை உண்டு தேவையான சுகாதார பாதுகாப்புகளை அனுசரிக்கா விட்டாலும், கருப்பையில் உள்ள குழந்தையின் ஆரோக்கியம் கெட்டுவிட வழியாகின்றது. இதையும் தடுப்பது மிகவும் எளிது. கர்ப்பமாக இருக்கும்பொழுது தாயார், வைத்தியரின் ஆலோசனையைப்பெற்று, இரத்தம் கெட்டிருந்தால் அதற்குத் தக்க சிகிச்சைகளை செய்துகொண்டால், இரத் தம் சுத்தமாகி குழந்தையும் ஆரோக்கியத்துடன் பிறக்

ரும். கர்ப்பிணிகள் தகுந்த வைத்திய ஆலோசனைகளை ற்றுக்கொண்டு கர்ப்ப காலத்தில் தங்களை மிகவும் ஜாக் கிரதையாகக் கவனித்துக் கொண்டால் நோய் நொடி ற்ற ஆரோக்கியமான குழந்தைகளைப் பெறமுடியும்.

3, பிறக்கும்பொழுது ஏற்படும் சில நோய்கள் :- லெ சமயங்களில், பிரசவத்தில் சில கோளாறுகள் ஏற் ட்டுவிடுகின்றன. வெகு நேரமாகியும் குழந்தை வெளி ராது கருப்பையிலே தங்கித் தாயின் உயிருக்கு அபாயம் ளைவிக்கும் நிலையிலிருந்தால், தாயையும் சேயையும் ரக்கவேண்டி, வைத்தியர்கள் ஆயுதங்களை உபயோகித் ப் பிரசவத்தை நடத்த நேர்கிறது. ஆயுதத்தினால் குழந் தக்குத் தலையிலும், முகத்திலும் காயங்கள் ஏற்படலாம். தவைக்கு மீறிய நேரம் கருப்பையில் தங்கிவிடுவதனால் ச்சு முட்டல், மூளையில் இரத்தப் பெருக்கு போன்ற அபாயங்களும் குழந்தைகளுக்கு நேரலாம். தாயின் ரசவ பாகம், 'கானரியா' எனப்படும் வெள்ளை நோயால் டிக்கப் பட்டிருந்தால், அதன் வழியே வெளிவரும் ழந்தையின் கண்களில் இந்நோய்க்கிருமிகள் குடியேறி கிவும் அபாயகரமானதொரு கண்நோயை உண்டாக்கி டுகின்றது. இத்தகைய விபத்துக்களைத் தடுப்பது எளிது. வ்வொரு தாயாருக்கும் பிரசவ சமயத்தில் தேவையான வத்திய உதவி அளிக்கப்பட்டு விட்டால், இவைகள் நராது ஓரளவு தடுக்க முடியும்.

4. பிறந்த பின்பு ஏற்படும் சில நோய்கள் :— இவற்றைப் பல பிரிவுகளாகப் பிரிக்கலாம். அவைகள் றையே (1) முதல் மாதத்தில் வரும்நோய்கள். (2) முதல் இரண்டு வருடங்களில் வரக்கூடிய நோய்கள். (3) நடக் ம் பருவத்தில் ஏற்படும் நோய்கள். (4) பள்ளிப் பருவத் தில் வரும் நோய்கள் என்பன ஆகும்.

1. பிறந்த முதல் மாதம்:—குழந்தை பிறந்தவுடன் தல் நான்கு வாரங்களில் பிறந்த குழந்தைக்கென சில றிப்பிட்ட நோய்கள் வரக்கூடும். ஏறக்குறைய பத்து ாத காலம் கருப்பையிலே வாழ்ந்துவந்திருந்த குழந்தை திடீரென வெளி உலகத்தை ஒரு நாள் சில மணி நேரங்

களில் அடைந்து விடுகிறது. அதன் உடல் உறுப்புகள் வெளி உலகின் புதிய வாழ்க்கை நிலையைச் சட்டெ சமாளித்து அதற்கு ஏற்ற வண்ணம் இயங்க முயல்கின்றன. சில சமயங்களில் இந்த முயற்சியில் தோல் ஏற்பட்டு விடுகின்றது. அதனல் குழந்தைக்குச் சி குறிப்பிட்ட நோய்கள் ஏற்படுகின்றன.

கருப்பையில் பூரண வளர்ச்சி பெருது குறை மாத திலே குழந்தை பிறந்துவிட்டால், அந்தக் குழந்தையை பலவித நோய்கள் எளிதாகப் பற்றிக் கொள்ளுகின்றன முதல் மாதத்தில் ஏற்படும் நோயினுல் மரணமடைகின் குழந்தைகளின் எண்ணிக்கையில் சரிபாதி, குறை மாத தில் பிறந்த குழந்தைகளாகும் என்று ஆராய்ச்சியாள கள் கணக்கிட்டிருக்கிருர்கள்.

2, **முதல் இரண்டு வருடங்கள்** :—இந்த வயதி தான் குழந்தையின் உடல் வேகமாக் வளர்ச்சியடையு நிலையில் இருக்கிறது. இந்தப் பருவத்தில் தாயார் குழ தையை சிரத்தையுடன் கவனிப்பது அவசியம். ஆகார தில் கவனக்குறைவு ஏற்பட்டால், அதனல் சில நோய் கள் எளிதில் வருகின்றன. ஆரோக்கியம் சிறிது குறைந் போனலும் சளி, கபம் போன்ற நோய்கள் இந்த வயது குழந்தையை சுலபமாகப் பீடிக்கின்றன. நோய் என்பது சில விஷக்கிருமிகளால் உண்டாகின்றன. இக்கிருமிகள் நாம் உண்ணும் ஆகாரத்திலும், சுவாசிக்கும் காற்றிலு கண்களுக்குப் புலப்படாத சிறு அணுக்களாகப் பரவி கிடக்கின்றன. என்ருலும் நம்மில் அநேகர் நோய்களுக்கு இலக்காகாது திடமாகவே வாழ்கிருேம். அதன் இர சியம் யாது? இயற்கையாகவே நமது உடலில் எல்ல நோய்க் கிருமிகளையும் எதிர்த்துப் போராட ஒரு சக்தி இரத்தத்தில் உள்ளது. இதைத்தான் 'இம்யூனிட்டி' அத வது 'நோயை வெல்லும் சக்தி' என்று விஞ்ஞானிகள் அழைக்கிருர்கள். கிருமிகள் ஆகாரத்தின் வழியாகவோ அல்லது சுவாசிக்கும் காற்றின் வழியாகவோ உள்ளே நுழைந்ததும், இயற்கை அளித்த இந்தத் தற்காப்பு சாதனமான சக்தி அவைகளுடன் போராடத் துவங்கும் வெற்றி ஏற்பட்டால் கிருமிகள் மடிந்துவிடுகின்றன

நோய் ஏற்படுவதில்லை. தோல்வி ஏற்பட்டால் கிருமிகள் குடும்பத்துடன் பெருகி, வலுத்து நோயை உண்டுபண்ணுகின்றன.

குழந்தையின் இரத்தத்திலும் இந்த இயற்கைச் சக்தி உள்ளது. ஆனால் எல்லா நோய்களையும் இதனால் தடுக்க முடிவதில்லை. முதல் நான்கு அல்லது ஆறு மாதங்கள் வரை டிப்தீரியா, மணல்வாரி, இளம்பிள்ளை வாதம் போன்ற நோய்கள் குழந்தையை அணுக முடிவதில்லை. அவற்றைத் தடுக்கவல்ல சக்திப் பொருள்கள் இரத்தத்தில் அதிகம் உள்ளன. ஆனால், நிமோனியா, இன்புளூயன்ஸா, அம்மை போன்ற தொத்து நோய்களைத் தடுக்கும் சக்தி அதிகம் இல்லாததால் இந்தப் பருவத்துக் குழந்தை இந்நோய்களால் சுலபத்தில் பீடிக்கப்படுகிறது.

3. நடக்கும் பருவத்தில் வரும் நோய்கள் :—முதல் இரண்டு வயதைப்போல் நடக்கும் பருவத்தில் (மூன்ருவது வயதில்) நோய்கள் அவ்வளவாகக் குழந்தைகளை அதிகம் பாதிப்பதில்லை. இப்பருவத்தில் பொதுவாக, மார்சளி, நிமோனியா போன்ற நோய்கள்தான் அதிகம் ஏற்படுன்றன. நோய்களைவிட இந்த வயதில் குழந்தைக்கு தீ, வண்டி, இவைகளினால் ஏற்படும் விபத்துக்கள் அதிகமாக இருக்கின்றன.

4, பள்ளிப் பருவம் :—ஐந்திலிருந்து பதினன்கு வயது வரை உள்ள குழந்தைகளுக்கு நோய்களைக் காட்டிலும், விபத்துக்களால்தான் அதிக மரணம் ஏற்படுகின்றன. இந்தப் பருவத்தில் க்ஷயரோகம், முடக்கு வாதம் போன்ற நோய்கள் ஏற்படுகின்றன. ஸல்பானிலமைட், பெனிசிலின், ஸ்டெரெப்டோமைசின், குளோரோமைசிடின், ஆரோமைசின், டெர்ராமைசின் போன்ற நவீன மருந்துகள் பல மலிந்து கிடக்கும் இந்நாளில், நிமோனியா, டைபாய்டு போன்ற நோய்களினால் இந்தப் பருவத்துக் குழந்தைகள் மரணமடைவது என்பது மிகவும் குறைவாகி விட்டது. இந்தப் பருவத்து சிறுவனுக்கு குடல் அனுபந்தம், **(appendicites)** எனும் நோய் சகஜமாக ஏற்படலாம்.

நோய்களைத் தடுக்கும் முறைகள்

நோய்களைப் பற்றிப் பொதுவாக ஆராயும்பொழு நோய்களைத் தடுக்கும் முறைகளையும் தெரிந்துகொள்வ அவசியம். பழைய காலத்தைவிட தற்காலத்தில் குழ தையின் நோய்களைத் தடுத்துவிடும் முறைகள் மிகவு முன்னேற்ற மடைந்திருக்கின்றன. விஞ்ஞானம் தன அபிவிருத்தியால் உலக முழுவதும் கோடிக்கணக்கா குழந்தைகளை ஒவ்வொரு வருடமும் மரணத்தினின் மீட்டுக்கொண்டிருக்கின்றது என்றால் மிகையே இல்லை

நோய்களைத் தடுப்பதற்காகத் தற்காலத்து விஞ்ஞா கள் கடைப்பிடிக்கும் பல முறைகள் பின் வருவன.

1. **நோயாளியை அப்புறப்படுத்துதல்:**—இதை ஆங்கிலத்தில் 'ஐஸோலேஷன்' **(Isolation)** என் அழைக்கிறார்கள். ஒரு வீட்டில் யாரேனும் ஒருவருக் அம்மை போன்ற தொத்து நோய் ஏற்பட்டு விட்டா அதை உடனே நகர சுகாதார அதிகாரிக்குத் தெரிவிக் வேண்டும் என்று, பொதுமக்கள் நகரபரிபாலனத்தாரா வற்புறுத்தப்படுகின்றனர். அப்படித் தெரிவிக்காவிடி அதைக் குற்றமாகக் கருதச் சட்டம் ஏற்பட்டிருக்கி றது. சுகாதார அதிகாரிக்கு நோய்ப் பற்றி அறிவித் வுடன் அவர் அந்த வீட்டிற்கு வந்து, நோயாளியை அதற்கென சிகிச்சை செய்கின்ற தொத்து நோய் ஆ பத்திரிக்கு எடுத்துச் செல்ல ஏற்பாடு செய்துவிடுகிறா இவ்வாறு நோயாளியை அப்புறப்படுத்துதல், வீட் லுள்ள மற்றவருக்கும் நோய்வராது தடுப்பதற்கே ஆகும் இந்த முறையின் அடிப்படையான கொள்கை ந மிடையே பழங்காலந்தொட்டு பழக்கத்தில் இருந்திரு கிறது. சுமார் ஐம்பது வருஷங்களுக்கு முன்பு தெ இந்தியாவின் சில பகுதிகளில், ஒருவருக்கு அம்மை நோய் வந்துவிட்டால் அவரைமட்டும் வீட்டிலே தனிமே விட்டு, மற்றவர்கள் வேறு இடத்திற்கு வசிக்கச் சென்று விடுவார்களாம். சில சமயம் ஊரில் பலருக்கு அம்மை வந்திருந்தால், ஊரிலிள்ள மற்றவர்கள் ஊரையே கா செய்துகொண்டு வேறு ஊருக்குச் சென்றுவிடுவார்களாம் சாவுக்கு அஞ்சாது துணிந்தவர் அல்லது மிகவும் வயதா

விட்ட கிழவர்கள் மட்டும்தான் நோயாளிகளுக்குப் பணிவிடை செய்துகொண்டு அருகில் இருப்பார்களாம். இதேபோல் தமிழ்நாட்டுக் கிராமங்களில் மற்றொரு வழக்கம் இன்னமும் இருந்துகொண்டு வருகிறது. அம்மை வந்த வீட்டின் கூரையில் வேப்பிலைக் கொத்தைச் சொருகி வைக்கிறார்கள். 'இந்த வீட்டில் அம்மை வந்திருக்கிறது, ஒருவரும் அருகில் வராதீர்கள்' என்று பொதுமக்களுக்கு அறிவிக்கத்தான் இந்த வேப்பிலைச் சின்னம் உபயோகிக்கப்படுகிறது. அம்மை நோய் உள்ளவர் வீட்டிற்கு நண்பர்கள், விருந்தினர்கள் செல்லுதல் தவறு. அவர்கள் யாருடனும் கடிதப் போக்குவரத்து வைத்துக்கொள்ளக் கூடாது என்பதெல்லாம் நோயைப் பரவாது தடுக்க நம் முன்னோர்கள் கையாண்ட முறைகள். இதையேதான் தற்காலத்துச் சுகாதார அதிகாரிகளும் அனுசரிக்கிறார்கள்.

நோயைத் தடுக்கஉபயோகிக்கும் முறைகளில் 'ஊசி குத்தல்' (**Inoculation**) ஒன்றாகும். பிளேக், டைபாய்டு, டிப்தீரியா போன்ற தொத்து நோய்கள் வராது தடுக்க முன்கூட்டியே உடலில் நோயைத் தடுக்கும் சக்தியை செயற்கையாக ஊட்ட, இந்த நோய்களுக்கெனத் தனித் தனியாகத் தயாரித்துள்ள மருந்துகளை ஊசி மூலம் உடலில் புகுத்தி விடுகிறார்கள். அம்மை வராது தடுக்க 'அம்மைப் பால்' வைத்தல் (**Vaccination**) எனும் வழக்கம் சுமார் நூறு ஆண்டுகளாக பழக்கத்தில் இருக்கிறது.

ஆனால் இந்த முறைகளும் மிகவும் புதியது என்று கூறிவிட முடியாது. நம் நாட்டிலும், புராதன சைனாவிலும், சுமார் ஆயிரம் வருடங்களுக்கு முன்பே குழந்தைக்கு அம்மை வராது தடுக்க அம்மை குத்துதல் போன்ற ஒரு முறையைக் கையாண்டிருந்தனர் எனத் தெரிகிறது. அம்மை வந்திருப்பவர்களின் உடலில் காய்ந்து உதிரும் நிலையிலிருக்கும் கொப்புளப் பொருக்குகளில் சிலவற்றை எடுத்துச் சர்க்கரையுடன்கலந்து குழந்தைகளுக்குத் தின்னக் கொடுத்து விடுவார்களாம். இம்முறையால் குழந்தைகளுக்கு அம்மைவராது தடுக்கலாம் என எண்ணினார்கள். அம்மைப்பால் என்பது ஏறக்குறைய

இந்த முறைக்கு ஒப்பாகும். ஆனால் பழங்காலத்தவர்கள் கையாண்ட முறைக்கும், தற்காலத்து வைத்தியர்கள் உப யோகிக்கும் அம்மைப்பால் வைத்தல் என்பதற்கும் அதிக வித்தியாசமுள்ளது. அம்மைப் பாலில் நோய்க்கு உண் டான விஷத்தன்மை கிடையவே கிடையாது. நோயைத் தடுக்கவல்ல சக்திப் பொருளை உடலில் உண்டாக்கத் தேவையான குணம் மட்டுமே உள்ளது. அதனால் குழந் தைக்கு அம்மைப்பால் வைப்பதால் எந்தவிதமான ஆபத் தும் நேர்வதில்லை. ஆனால் பழங்காலத்தவர் அனுசரித்த முறை மிகவும் அபாயகரமானது. உதிர்ந்துவிழும் கொப் புளப் பொருக்குகளில் அம்மைக் கிருமிகள் விஷத்தன்மை யுடன் குடி இருக்கின்றன. அதை உட்கொள்ளும் குழந் தைக்கு அம்மை மிகவும் தீவிரமாக ஏற்படவும் வழியாகின் றது. இந்த முறை மிகவும் ஆபத்தாக இருப்பதைக் கண்ணுற்ற பிற்காலத்தவர்கள் இதைக் கைவிட்டனர் ஆகவே மெல்ல இந்தப் பழக்கம் நம்மிடம் இருந்து மறைந்து விட்டது.

பரிசுத்தப்படுத்தல்:—நோய் என்பது சில விஷக் கிருமிகளால் ஏற்படுகின்றன என்பதை விஞ்ஞானிகள் கண்டுகொண்டதும், அவைகள் உடலை அணுகாதபடி தடுக்கவல்ல முறைகளை உடனே கண்டு பிடிக்கத் துவங்கி னார்கள். அநேகமாக நோய்கள், நாம் சுவாசிக்கும் காற்று வழியாகவும் தண்ணீர், ஆகாரம் முதலியவை மூலமாக வும் உடலை அணுகுகின்றன. நாம் உட்கொள்ளும் ஆகார மும், வசிக்கும்சூழ்நிலையும் பரிசுத்தமாக இருந்தால் நோய் வராது தடுக்கலாம் அல்லவா? ஆகவேதான் சுகாதார அதிகாரிகள் நோய் ஏற்பட்ட வீட்டின் கிணற்று நீரில் "பொட்டாசியம் பர்மாங்கனேட்" எனும் மருந்தைப் போட்டு, நீரைப் பரிசுத்தப் படுத்துகிறார்கள். வீட்டின் உட்புறத்தைப் 'பினையில்' ஊற்றிக் கழுவி, வீட்டின் வெளிப்புறத்திற்கு 'பிளீச்சிங் பவுடரை'ப் போட்டுக் கிருமிகளைப் பரவாது தடுக்கிறார்கள்.

போஷணைக் குறைவை சீர்திருத்துதல்:—ஆகாரத் தில் வைட்டமின்கள் போன்ற சத்துப் பொருள்கள் குறை வாக இருந்தால் குழந்தைக்கு, 'ரிக்கெட்ஸ்', ஸ்கர்வி

போன்ற நோய்கள் ஏற்படுகின்றன. இந்நோய்கள் பெரும்பாலும் ஏழ்மையினுலே தான் வருகின்றன. இதைத் தடுக்க நகரசபையார் நகரத்தில் மாதர் சிசு சம்ரக்ஷண ஸ்தாபனங்களை ஏற்படுத்தித் தாயையும், சேயையும் முன்கூட்டியே கவனித்து ஏழைக்குழந்தைகளுக்கு பால், மீன் எண்ணெய், வைட்டமின் மாத்திரைகள் முதலியவற்றை இனமாகக் கொடுத்து உதவுகிருர்கள். கிராமத்திலும், பஞ்சாயத்து போர்டு கண்காணிப்பில் இம்மாதிரியான சிசு சம்ரக்ஷண ஸ்தாபனங்கள் அநேகம் தற்காலத்தில் ஏற்பட்டுள்ளன.

பரிசோதனைச் சாலையில் பரீட்சைகள் :—இரத்தம், மலம், சளி இவைகளைப் பரிசோதனைச் சாலையிலே பரீட்சை செய்து பார்ப்பது ஒரு முறையாகும். இச்சோதனைகளினுல் எந்தவிதமான நோய் இந்தக் குழந்தைக்கு ஏற்பட்டிருக்கிறது என்பதைத் தற்காலத்து வைத்தியர்கள் எளிதில் கண்டுபிடித்து விடுகின்றனர். அதிக காலதாமதம் செய்யாது உடனுக்குடனே அந்த நோயை கண்டிக்கவல்ல தகுந்த மருந்துகளைச் சட்டென உபயோகிக்க இம்முறை வைத்தியர்களுக்குப் பெரிதும் உதவுகிறது. 'எக்ஸ்ரே' என்பதும் நோயை முதலிலேயே கண்டு கொள்ள உதவும் விஞ்ஞான முறைகளில் ஒன்ருகும். சுவாசப்பை, இருதயம் போன்ற உறுப்புகளுக்கு ஏற்பட்டுள்ள நோயை 'எக்ஸ்ரே' படம் எளிதாக அறிவித்துவிடுகிறது. இந்த விஞ்ஞான முறைகள் நோயைப் பரவாது தடுக்க மிகவும் உதவுகின்றன.

சுகாதரக் கல்வி:—நோயைத் தடுக்கும் முறைகளில் சுகாதாரத்தைப் பற்றிப் பொது மக்களுக்கு எடுத்துப் போதிப்பது என்பதும் மிக இன்றியமையாததாகும். நோய் என்பது என்ன? எப்படி ஏற்படுகிறது? எப்படித் தடுப்பது? என்பதைப் பற்றிய செய்திகளை ரேடியோ, பத்திரிகை, சினிமா முதலியவை மூலம் பொது மக்களுக்குப் போதிக்கிருர்கள். இம்முயற்சி மிகவும் போற்றற்குரியது என்ருலும் இவை போதா. தற்காலத்துப் பத்திரிகைகளில் விஞ்ஞானத்திற்கு ஒதுக்கப்படும் பகுதி மிகவும் குறைவாக உள்ளன. பொது மக்களும், பத்திரிகையாளரும் விஞ்ஞானக் கல்வியில் இன்னும் அதிக ஆர்வம் காட்

டினல் நாட்டிற்கு நலன் உண்டாகும் என்று நிச்சயம் கூறலாம்.

பள்ளிகளில் வைத்திய பரிசோதனை:—பள்ளிக் கூடங்களிலும், கலாசாலைகளிலும், வைத்திய பரிசோதனை செய்தல் என்றமுறை கையாளப்பட்டு வருகின்றது. பள்ளிக்கூடத்தில் படிக்கும் குழந்தைகள் ஒவ்வொருவரையும் நன்ருகப்பரிசோதனை செய்து எடை, உயரம் வளர்ச்சி யாவற்றையும் குறித்து வைக்கிருர் பள்ளிக்கூட வைத்தியர். பள்ளிக்கூடத்து ஆசிரியர்களுக்கும், பெற்ரோர்களுக்கும் குழந்தையின் ஆரோக்கியத்தைப் பற்றி நன்கு அறிந்துகொள்ள இது மிகவும் உதவுகின்றது. ஏதேனும் நோய் இருந்தால் அதைச்சட்டெனக் கவனித்துப் பரவாது தடுக்கவும் உதவியாக இருக்கின்றது. ஒவ்வொரு பள்ளியிலும் கட்டாயம் வைத்திய பரிசோதனை வருடத்திற்கு இருமுறை நடக்க வேண்டும் என்று கல்வி ஸ்தாபனத்தார் கண்டிப்பாக ஏற்படுத்தியுள்ள சட்டம் பொதுமக்கள் சார்பிலே மிகவும் வரவேற்கத் தக்கதொரு அம்சமாகும்.

பொதுவாக நோயைத் தடுக்கும் பல முறைகளிலும் நகர பரிபாலனத்து சுகாதாரக் குழுவினர், நோயாளியைக் கவனிக்கும் குடும்ப வைத்தியர், பொதுமக்கள் என்ற மூன்று பேர்களுடைய ஒத்துழைப்பும் மிகவும் அவசியமாகும்.

அம்மை போன்ற நோய்களைக் கவனிக்க வரும் வைத்தியர்கள், நோயைப்பற்றிய செய்தியை உடனேயே நகர சுகாதார அதிகாரிக்குத் தெரிவிக்கக் கடமைப்பட்டுள்ளனர். அவரது கடமையை சரிவரச் செய்ய பொதுமக்களின் உதவியும் அவசியம். தம் குழந்தை என்ற சுயநலம் கருதி, நோயை சுகாதார அதிகாரிக்குத் தெரிவிக்காதிருக்க முயல்வது தவருகும். நோயைப்பற்றி எடுத்துக்கூறி, அப்போதைக்கப்போது நோய் வராது தடுக்க வைத்தியமுறைகளைக் கையாண்டு, தக்க ஆலோசனைகளுடன் குழந்தையை ஆரோக்கியமாக வளர்க்க உதவிபுரிய வேண்டியது தான் குடும்ப வைத்தியரின் முக்கிய கடமை. ஒவ்வொரு நகர பரிபாலனத்தாரும் நகரங்களில் பற்பல மாதர் சிசு

சம்ரக்ஷணசாலைகளை ஏற்படுத்தி உள்ளார்கள். இன்னும் அதிகம் ஏற்படுத்த முயற்சி செய்துகொண்டும் வருகிறார்கள். ஆனால் இவைகள் நம் நாட்டின் தேவைக்குப்போதியனவாக இல்லை. சில குறிப்பிட்ட குழுவினர்கள், இதைப் போன்ற பொதுப் பணிக்காக பணவசூல் செய்து சில இடங்களில் மாதர் சிசு சம்ரக்ஷணசாலைகளை நிறுவியுள்ளனர். தற்காலத்தில் நம்நாட்டில் உள்ள தேவைக்கு இவைகளும் போதவில்லை. ஆகவே, நகர பரிபாலனத்தார் செய்துவரும் இந்தப் பணிக்குப் பொதுமக்களும் மனமுவந்து உதவினால் வருங்கால நமது பாரத மக்களின் ஆரோக்கியத்திற்கு எல்லோரும் அஸ்திவாரம் நாட்டிய பெருமையை அடைவோம் என்பதில் ஐயமில்லை. மாதர் சிசு சம்ரக்ஷண சாலைகளை அதிகமாகத் தேசத்தில் உண்டாக்கி, தாயையும் சேயையும் மரணத்தினின்று காத்து, பாதுகாத்தால், இதைவிட ஒரு நாட்டிற்குப் பெருமை தரக்கூடிய 'பொதுஜன சேவை' வேறு எதுவுமில்லை.

2. வீட்டில் வைத்தியம்

குழந்தை வளர்ப்பில் தாயார் வைத்தியக் கலையையும் சிறிது அறிந்து கொள்ளவேண்டியது அவசியமாகின்றது. குழந்தைக்கு வரக்கூடிய சிறு தொந்திரவுகளுக்கெல்லாம் உடனுக்குடனேயே வைத்தியரை வரவழைத்து சிகிச்சை செய்வது என்பது சாதாரண வருவாயுள்ள குடும்பத்தினருக்கு எளிதான காரியமல்ல. மேலும் வைத்திய வசதியில்லாத கிராமத்தில் தாயார் குழந்தையுடன் தங்க நேரிடுகிறது என்று வைத்துக் கொள்வோம். அருகில் டாக்டர் இல்லையே என்ன செய்வது என்று கலங்கித் தவிப்பதைவிட சிறு தொந்திரவுகளுக்கு தாயாருக்கே சிகிச்சை செய்யத் தெரிந்திருப்பது நலம் அல்லவா!

ஒவ்வொரு வீட்டிலும் அவசர சமயங்களுக்கு உதவக்கூடிய சில வைத்திய சாதனங்களும், சில மருந்துவகைகளும் இருக்கவேண்டியது அவசியம். இம்மருந்துகளில் சில விஷமாக இருக்கக்கூடும். விஷமருந்துகள் கொண்ட

சீசாக்களின்மீது சிகப்பு மையினுல் விஷம் என்று குறிப்பிட்டு மருந்தின்பெயரைத் தெளிவாக எழுதியுள்ள சீட்டுகளை ஒட்டி, குழந்தையின் கைக்கெட்டாத உயரத்தில் அலமாரியில் வைத்துப் பூட்டி வைக்கவேண்டும்.

ஒவ்வொரு வீட்டிலும் வைத்துக்கொள்ள வேண்டிய வைத்திய சாதனங்கள் :—

சுத்தமான பஞ்சு சுருள் ஒன்று.

வெள்ளைத் துணி இரண்டு கஜம்.

குழந்தைக்கு எனிமாக் கொடுக்கும் கருவி ஒன்று.

பெரியவர்களுக்கு எனிமாக் கொடுக்கும் எனிமா கான் ஒன்று.

மலங்கழிக்க உதவும் பெட்பான் எனும் பீங்கான் ஒன்று.

ஜுரம் அளவை எடுக்கும் தர்மா மீட்டர் ஒன்று.

வென்னீர் பை ஒன்று.

ஐஸ் பை ஒன்று.

கை துடைக்கும் துண்டுகள் 4.

கைகழுவ உபயோகிக்கும் பீங்கான்கிண்ணங்கள் 2.

ஒரு கஜ நீளமுள்ள ரப்பர் விரிப்பு ஒன்று.

அவுன்ஸ் கிளாஸ் 2.

தேவையான மருந்துகள் :—

(1) கைகழுவ உபயோகிக்கும் சோப் கட்டி ஒன்று.

(2) ஒரு சீசா அளவு டெட்டால்.

(3) ஒரு பெரிய சீசா அளவு பினயில் என்னும் மருந்து.

(4) ஒரு அவுன்ஸ் ஸல்பானிலமைட் பவுடர்.

(5) சிபசால் களிம்பு கொண்ட ஒரு குழல்.

(6) i-l. ஜென்ஷியன் வயலட் திரவம் ஒரு அவுன்ஸ்.

(7) தலைவலி மருந்து (ஆஸ்பரின், ஸாரிடான், கோடோபயரின் போன்ற மருந்து வகைகளில் ஏதேனும் ஒன்று) நூறு மாத்திரைகள்.

(8) இருமல் மருந்து (குடும்ப வைத்தியர் குழந்தைக்கு இருமல் வரும்பொழுது உபயோகிக்க எழுதிக் கொடுத்திருக்கும் ஏதேனும் ஒருவகை இருமல் மருந்தாக இருப்பது நலம்) நான்கு அவுன்ஸ்.

(9) போரிக் பவுடர் நான்கு அவுன்ஸ்.

(10) எட்டு அவுன்ஸ் அளவு கிளிசரின்.

(11) ஒரு அவுன்ஸ் வாசலைன்.

(12) ஒரு அவுன்ஸ் அளவு டர்பண்டைன் எனும் எண்ணெய்.

(13) இரண்டு அவுன்ஸ் அளவு தொண்டைக்குத் தடவும் மருந்து (மாண்டில் சொல்யூஷன், அல்லது கிளிசரின் டானிக் போன்ற ஏதேனும் குடும்ப வைத்தியரிடம் கேட்டு வாங்கி வைத்துக் கொள்வது நலம்.)

(14) 2 அவுன்ஸ் ஸோடா உப்பு.

(15) விளக்கெண்ணெய் 8 அவுன்ஸ்.

(16) மில்க் ஆப் மெக்னிசியா ஒரு சீசா.

அடுத்தபடியாக குழந்தைக்கு நோய் ஏற்பட்டிருக்கையில் தாயார் செய்ய வேண்டியவைகள் யாவை என்பதைப் பற்றிக் கவனிப்போம்.

காய்ச்சல்:—இதை சிலர் ஜுரம் என்றும் அழைக்கிறார்கள். சாதாரணமாக இருப்பதைவிட உடலைக் கையினால் தொட்டவுடன் அதிக உஷ்ணமாகத் தென்பட்டால் குழந்தைக்கு காய்ச்சலடிக்கிறது என்று தாயார் கவலைகொள்ளுகிறாள். அநேகர் காய்ச்சல் என்பது ஒரு

தனி நோய் என நினைக்கின்றனர். இது தவறு. காய்ச்சல் என்பது ஒரு தனி நோய் அல்ல. உடலைத் தாக்கியிருக்கும் வேறு நோயின் அறிகுறிதான் காய்ச்சல் என்னும் ஜுரமாகும். உதாரணமாக அஜீரணம், மார்சளி, தொண்டை ரணம், வயிற்றுப்போக்கு முதலிய பலநோய்களுக்கும் குழந்தையிடம் காணப்படும் முதல் அறிகுறி காய்ச்சல்தான். ஆகவே குழந்தைக்கு காய்ச்சல் அடிக்கின்றது என்று தாயார் அறிந்துகொள்வதுடன் மட்டும் போதாது. காய்ச்சல் ஏன்? எதற்காக வந்துள்ளது? என்ன செய்யவேண்டும்? என்ன செய்யக் கூடாது? என்றெல்லாம் தாயார் தெரிந்துகொள்ள வேண்டியது முக்கியமாகும்.

சாதாரணமாக தாயார், குழந்தையின் நெற்றி மீதாவது, நெஞ்சின்மீதாவது புறங்கையை வைத்துப் பார்த்து ஜுரமடிப்பதை அறிந்துகொள்ளுகிறாள். ஆனால் இந்த முறை சரியல்ல. தேக உஷ்ண நிலையை கையினால் தொட்டு உணர்ந்து கணக்கிடுவது பிசகு. ஏனெனில் இதில் தவறுகள் ஏற்படக் கூடும். குளிர் காலத்தில் கம்பளிச் சட்டையினால் மூடப்பட்டிருக்கும் குழந்தையின் உடல் தொட்டுப் பார்த்தால் கதகதவென்று உஷ்ணமாகத் தென்படும். உடனே குழந்தைக்குக் காய்ச்சல் அடிக்கிறது என்று சொல்லிவிட முடியுமா? இதேபோல் குழந்தைக்கு உண்மையாகவே ஜுரமடித்துக் கொண்டிருக்கையில், அடுப்பருகில் வேலைசெய்துவிட்டு, சூடேறியிருக்கும் கையால் தாயார் தொட்டுப் பார்த்துவிட்டு, ஜுரமில்லை என்று தவருகவும் எண்ணிக் கொள்ளலாம். ஆகவே காய்ச்சலை எப்பொழுதும் "ஜுரமானி" எனும் 'தர்மா மீட்ட'ரினலேதான் அளந்து அறிந்து கொள்ள வேண்டும். அதுதான் சிறந்த முறை.

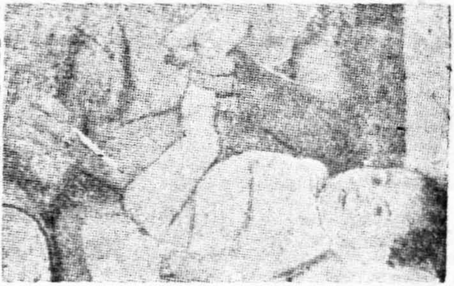
ஆரோக்கியமான குழந்தையின் உடல் உஷ்ண நிலை சாதரணமாக 98·6.டிகிரி இருக்கலாம். இதை 'நார்மல் டெம்பரேச்சர்' (சாதாரண உடல் உஷ்ண நிலை) என்பார்கள். சில குழந்தைகளுக்கு இந்த சாதாரண உஷ்ணநிலை 98·6.டிகிரிக்கு சிறிதளவு கூடவே இருக்கலாம். வேறு சில குழந்தைகளுக்கு சிறிதளவு குறைவாகவும் இருக்கலாம். ஒரு குழந்தையின் தேக உஷ்ணநிலை நாள்

முழுவதும் ஒரே நிலையில் இருப்பதில்லை. பொதுவாக காலை நேரத்தில், பகல் நேரத்தைவிட உஷ்ணநிலை குறைவாக இருக்கின்றது. ஓடியாடி விளையாடிவிட்டு உள்ளே வரும் குழந்தையின் தேக உஷ்ணநிலை அது ஓய்வாகத் தூங்கிக்கொண்டிருக்கையில் இருப்பதைவிட சிறிது அதிகமாகக் காணப்படும். பொதுவாக நார்மல் எனப்படும் கணக்கைவிட ஒரு டிகிரி அதிகமாகவோ குறைவாகவோ, குழந்தையின் தேக உஷ்ணநிலை காணப்பட்டால் தாயார் கவலையடைய வேண்டியதில்லை. ஆனால் குழந்தை ஓய்வாக இருக்கையிலோ, அல்லது விளையாடிவிட்டு வந்த பின்போ, உடல் உஷ்ணநிலை 100 டிகிரி என்று தர்மா மீட்டர் காண்பித்தால் குழந்தைக்கு ஜுரம் வந்திருக்கிறது என்று அறிந்துகொள்ள வேண்டும். சாதாரண உஷ்ணநிலை **(Normal Temperature)** ஒரு பொழுதும் 99°டிகிரிக்குமேல் அதிகரிப்பதேயில்லை.

தர்மாமீட்டரை உபயோகிப்பது எப்படி?:-பெரியவர்களுக்கு ஜுர அளவை எடுப்பதுபோல் நாக்கின் அடியில் தர்மா மீட்டரை வைத்து குழந்தையின் தேக உஷ்ண நிலையை அளந்தறிய முடியாது. பல் முளைக்கும் பருவத்துப் பையனின் வாயில் தர்மாமீட்டரை வைத்தால், பிறகு அதன் நுனியை அவன் வயிற்றுக்குள்தான் தேட வேண்டிவரும்! சொன்னால் புரிந்துகொள்ள முடியும் என்றாலும் நான்கு வயது குழந்தைக்கு தர்மா மீட்டரை சரியாக நாக்கின் அடியில் வைத்துப் பிடித்துக்கொள்ளத் தெரிவதில்லை. வாயை மூடும்பொழுது டபக்கென அதைக் கடித்து, பயத்தில் கடித்த துண்டத்தை அப்படியே விழுங்கிவிடுவது சகஜமான சம்பவம். ஆகவே ஆறு வயதுவரை குழந்தைக்கு ஒருபொழுதும் வாய்க்குள் தர்மாமீட்டரை வைத்து உஷ்ணநிலை அளக்க முயற்சிப்பது கூடாது.

உஷ்ணநிலை எடுக்குமுன் குழந்தை சுமார் ஒருமணி நேரமாவது நன்றாகத் தூங்கியிருக்க வேண்டும். உஷ்ண நிலையை அறிய தர்மாமீட்டரை ஆசனவாயிலாவது, அல்லது அக்கிளிலாவது வைத்து எடுக்கலாம். உபயோகிக்குமுன் நன்றாக குலுக்கிவிட்டு மீட்டரில் உள்ள பாதரசம்

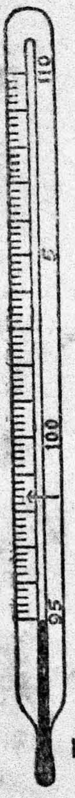
அம்பு குறிக்கும் கீழ் நன்ருக இறங்கிவிட்டதா என்று கவனிப்பது முக்கியம். பிறகு பாதரஸமுள்ள நுனியில் சிறிதளவு வாஸலீனைத் தடவிவிட்டு, குழந்தையை மடிமீது போட்டுக் கொண்டு படத்தில் காட்டியபடி ஆசனவாயிற்குள் மெல்ல சொருகிவிரல்களால் பிடித்துக்கொள்ள வேண்டும். சுமார் இரண்டு நிமிஷங்களுக்குப் பிறகு எடுத்து, குலுக்காது வெளிச்சத்தில் தூக்கிப் பிடித்து பாதரஸம் பரவி நிற்கும் அளவை அறிந்து கொள்ள வேண்டும்.



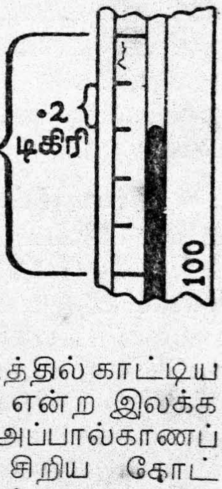
தர்மா மீட்டரை அக்கிளில் வைத்து உஷ்ண நிலை அறியும் பொழுது மீட்டரின் நுனியில் வாஸலீன் தடவவேண்டியதில்லை. குழந்தையின் சட்டையைக் கழற்றி விட்டு மீட்டரை அக்கிளில் வைத்து இரண்டு நிமிஷ நேரம் பிடித்துக் கொண்டிருக்க வேண்டும்.

தர்மா மீட்டரை வாசிக்கும் விதம்: சாதாரணமாக தர்மா மீட்டர்களில் பாதரஸம் தங்கியுள்ள நுனிக்கு சிறிது மேலே 95 என்ற இலக்கம் காணப்படும். இதற்குக் கீழே மனித உடலின் உஷ்ண நிலை இறங்கிவிடாது என்பதனுல் 95 டிகிரிக்கு கீழாக உள்ள இலக்கங்களை மீட்டரில் குறிப்பிடுவதில்லை. அடுத்தபடியாக 95 டிகிரிக்குப் பின் சில கோடுகள் தாண்டியதும் சிவப்பு நிறத்தில் ஒரு அம்புக்குறி காணப்படும். இதுதான் உடலின் சாதாரண உஷ்ண நிலையைக் காட்டும் குறி. இந்த அம்புக் குறி 98·4. டிகிரி காட்டும் இடத்தில் போடப்பட்டிருக்கின்றது. ஆகவே வயதானவர்களின் உடலில் சாதாரண உஷ்ணநிலை 98.4 டிகிரியாகும். அடுத்தாற்போல் சில கோடுகளுக்குப் பிறகு 100 என்ற இலக்கம் தென்படும். அதற்குப் பிறகு பல கோடுகள் தாண்டிய பின்பு 5 என்ற இலக்கத்தைக் காணலாம். இது 105 டிகிரி என்பதின் சுருக்கமாக உபயோகிக்கப்பட்டுள்ளது. கடைசியாக 110 என்ற இலக்கம் மறு நுனியில் காணப்படும். சாதாரண

மாக நமது உடல் உஷ்ணநிலை எவ்வளவு பெரிய ஜுரத்திலும் 110 டிகிரிக்கு மேலே போக முடியாதாகையால், அதற்கு மேல் தர்மா மீட்டரில் பாதரஸம் விரிந்து செல்ல இடம் கொடுக்கப்படவில்லை.



மீட்டரில் காணப்படும் ஒவ்வொரு பெரிய கோடும் ஒரு டிகிரியைக் குறிக்கின்றது. இரண்டு பெரிய கோடுகளுக்கும் இடையே நான்கு சிறிய கோடுகள் உள்ளன. இவைகள் ஒவ்வொன்றும், ஒரு டிகிரியின் ½ பாகத்தைக் குறிக்கின்றன. அதாவது ·2 டிகிரியென இவைகளைத் தனியே கணக்கிடலாம்.



உதாரணமாக படத்தில் காட்டியபடி பாதரஸம் நூறு என்ற இலக்கமிட்ட கோட்டிற்கு அப்பால்காணப்படும் மூன்றுவது சிறிய கோட்டின் வரை பரவியுள்ளது என்று வைத்துக்கொள்வோம். அப்பொழுது தர்மா மீட்டரை எப்படி வாசித்து உஷ்ண நிலையைக் கணக்கிடுவது? 100 என்ற இலக்கத்திற்குப் பிறகு அடுத்ததாகக் காணப்படும் பெரிய கோடு 101 வது டிகிரியைக் குறிக்கும். இடையே உள்ள ஒவ்வொரு சிறு கோடும் முறையே ·2 டிகிரியைக் குறிக்கின்றன. 100 டிகிரிக்கு அப்பால் மூன்று சிறு கோடுகள் பாதரஸம் பரவி விட்டது என்றால்

நூறு டிகிரியும் அத்துடன் 3+·2=·6 டிகிரியும் சேர்ந்து 100·6 டிகிரி அளவு உஷ்ண நிலை என்பதாகும். இதை ஒரு முறை வாசித்துத் தெரிந்து கொண்டால் பிறகு தர்மா மீட்டரை உபயோகிப்பது எளிதாகிவிடும்.

தேக உஷ்ண நிலையை எடுக்கும் சமயம், குழந்தையின் ஆசன வாயில் மீட்டரை வைத்து எடுக்கும் பொழுது காணப்படும் அளவுதான் சரியான உஷ்ண நிலையாகும். ஆசன வாயில் வைத்துப் பார்க்கையில் மீட்டரில் 100 டிகிரி வரை பாதரஸம் பரவி வந்து நின்றிருந்தால், குழந்தைக்கு 100 டிகிரி ஜுரம் அடிக்கிறது என்று கணக்கிட்டுக்கொள்ளலாம். ஆனால், அக்கிளில் மீட்டரை வைத்துப் பார்க்கையில் அதில் காணப்படும் அளவுடன் எப்பொழுதும் ஒரு டிகிரி கூட சேர்த்து உஷ்ண நிலையை கணக்கிட்டுக் கொள்ள வேண்டும். உதாரணமாக அக்கிளில் உஷ்ண நிலை 100 என்று காட்டினால் அத்துடன் ஒரு டிகிரி கூடச் சேர்த்து 101 டிகிரி ஜுரம் என்று கொள்ள வேண்டும். இந்தச் சிறு கணக்கைத் தாயார் ஒருபொழுதும் மறக்கக் கூடாது.

உபயோகித்த பின்பு தர்மாமீட்டரை நன்ருக குலுக்கி விட்டுக் கழுவிச் சுத்தமாகத் துடைத்து வைப்பது அவசியம். ஒருபொழுதும் மீட்டரை அதிகசூடான தண்ணீரில் கழுவக் கூடாது. சூடான வெந்நீர் பட்டால் தர்மா மீட்டர் உடைந்து போய்விடும். ஒரு முறை உபயோகித்த பின்பு அதை நன்ருக சுத்தப்படுத்தாது உறைக்குள் போட்டு மூடிவைப்பது மிகவும் தவறு, ஆகவே ஒரு பீங்கான் கிண்ணத்தில் அரைத் தேக்கரண்டி அளவு டெட்டால் மருந்தை ஊற்றி, அதில் ஒரு டம்ளர் அளவு குளிர்ந்த நீரை விட்டுக் கலக்கினுல் டெட்டால் மருந்து நீர் ஆகிவிடும். ஜுர அளவை எடுத்த பின் அதன்மீது பூசியிருக்கும் வாஸலைன் வழு வழுப்பு போக சோப்பினுல் நன்ருகக் கழுவி, பின்பு தாயார் தன் கைகளையும், மீட்டரையும் டெட்டால் மருந்து நீரில் நன்ருகக் கழுவிச் சுத்தம் செய்துகொண்டு, பிறகு அதைத் துடைத்து உறையில் போட்டு மூடிவைக்க வேண்டும்.

தர்மாமீட்டர் கையில் இருக்கிறதே என்ற காரணத்தால் சிலர் நினைத்த பொழுதெல்லாம் உடலின் உஷ்ண

நிலைமையை எடுத்துப் பார்ப்பது உண்டு. இதனால் ஒரு பயனும் இல்லை. குழந்தைக்குக் காய்ச்சல் அடிக்கிற போது ஒரு நாளைக்கு எத்தனை தடவைகள் ஜுர அளவை எடுப்பது என்று தாயார் கேட்பது நியாயமான கேள்வி தான்.

குழந்தைக்கு சளியும் ஜுரமும் சேர்ந்தாற்போல் ஏற்பட்டிருக்கிறது என்று வைத்துக் கொள்வோம். ஜுரம் இறங்கும் வரை நாளைக்கு இருவேளைகள், காலை எட்டு மணிக்கு ஒரு தடவையும், மாலை ஆறு மணிக்கு ஒரு தடவையும் எடுப்பது நலம். ஜுரம் இறங்கி சளியும் இருமலும் மட்டுமே இருக்கிறதென்றால் தினசரி ஒரு தடவை காலையில் மட்டும் எடுப்பது போதும்.

தர்மாமீட்டரை நன்கு உபயோகிக்கத் தெரிந்து இருப்பதால் இரண்டுவித நன்மைகள் உள்ளன. (1) குழந்தைக்கு ஜுரம் எவ்வளவு அடிக்கிறது என்று தாயார் அறிந்து கொள்கிறாள். (2) டாக்டர் வந்து, பார்க்கையில் ஜுர அளவைப் பற்றி முன் கூட்டியே கூறி தகுந்த சிகிச்சை பெறவும் உதவியாக உள்ளது.

அதிக ஜுரம் அடித்தால் என்ன செய்யவேண்டும்:— ஒன்றிலிருந்து ஐந்து வயதிற்கு உட்பட்ட சிறு குழந்தைக்குத் தொண்டை ரணம், சளி போன்ற சிறு உபாதைகளுக்குக் கூட சில சமயம் அதிக காய்ச்சல் ஏற்பட்டு விடுகின்றது. அது சமயம் ஜுரம் 104 டிகிரி வரைகூட போய் விடுவதுண்டு. அம்மை, நிமோனியா, மலேரியா போன்ற நோய்கள் இயற்கையாகவே மிகவும் மும்முரமான ஜுரத்துடன் ஆரம்பிக்கின்றன.

சிறு குழந்தைக்குப் பெரியவர்களைப் போல் அதிக ஜுரத்தைத் தாங்கும் சக்தி இயற்கையாகவே குறைவு. குழந்தையின் நரம்பு மண்டலம் தனது வளர்ச்சிப் பருவத்தில் உள்ளது. அதை அதிக ஜுரம் தாக்கினால் சட்டென பலஹீனமடைந்து தனது நிதானத்தை இழந்து விடும். உடனே குழந்தைக்கு வலிப்பு வந்துவிடும். குழந்தையைப் பாதிக்கும் காய்ச்சலும், அதற்கு மூலகாரணமாக நோயும் போதாதது போல் வலிப்பும்கூட வந்து

சேர்ந்து விட்டால், சில சமயம் உயிருக்கே ஆபத்து ஏற்பட்டுவிடுகின்றது. ஆகவே 104 டிகிரி போன்ற உக்கிரமான காய்ச்சல் அடிக்கும்பொழுது தாயார் குழந்தைக்கு உடனே ஏதாவது சிகிச்சை செய்தாகவேண்டும்.

நல்ல காய்ச்சல் வீசுகிறது என்று அறிந்ததும் உடனே வைத்தியரைக் கூப்பிட்டு குழந்தையைக் காட்ட வேண்டும். வசதியில்லாதவர்கள், ஆலோசனை செய்யாது குழந்தையைச் சட்டென்று அருகிலுள்ள தர்ம வைத்திய சாலைக்காவது எடுத்துச் சென்று சிகிச்சை செய்விக்க வேண்டும். டாக்டரும் சமயத்திற்கு அகப்படவில்லை; ஆஸ்பத்திரியும் அருகில் இல்லை; அப்பொழுது என்ன செய்வது?

குழந்தையை மிருதுவான ஒரு படுக்கையில் கிடத்த வேண்டும். தலையணை மீது ரப்பர் விரிப்பை விரித்து, தண்ணீர் பட்டுப் படுக்கை நனையா வண்ணம் பாதுகாக்க வேண்டும். பிறகு அரை பவுண்டு ஐஸ் கட்டியை வாங்கி துண்டமாக்கி ஐஸ்பைக்குள் போட்டுப் படத்தில் காட்டியபடி குழந்தையின் நெற்றி மீதும் தலைமீதும் படும்படி வைக்கவேண்டும். ஐஸ்பை மீதிருந்து துளிகளாகக் கசியும் நீரை அவ்வப்பொழுது ஒரு துண்டினல் துடைத்துக் கொண்டேயிருந்தால் படுக்கை நனைந்து நாசமடையாதிருக்கும்.

சமயத்திற்கு ஐஸ் கிடைக்காவிட்டால், வீட்டில் குடிப்பதற்காக வைத்திருக்கும் பானையில் உள்ள குளிர்ந்த நீரை உபயோகித்துக் கொள்ளலாம். கனமானதொரு துண்டைக் குளிர்ந்த நீரில் நனைத்துப் பிழிந்துவிட்டு, குழந்தையின் நெற்றிமீது அதை வைத்து இரண்டு

விஞடிக்குப் பிறகு எடுத்து மறுபடியும் குளிர்ந்த நீரில் நனைத்துப் பிழிந்து உபயோகிக்கவேண்டும். இவ்வாறு சுமார் அரைமணி நேரம் குளிர்ந்த ஒத்தடம் கொடுத்துக் கொண்டே யிருப்பது நலம். ஜுரத்தைக் குறைக்க இத்துடன் தாயார் இன்னும் ஒரு முறையையும் கையாளலாம். தலைவலிக்கு என்று வீட்டில் வாங்கி வைத்திருக்கும் மாத்திரைகளான, ஆஸ்பரின், ஸாரிடான் போன்றவைகளில் ஏதேனும் ஒன்றைக் குழந்தைக்குச் சாப்பிடக் கொடுக்கலாம்.

ஆஸ்பரின், சாரிடான் போன்றவைகளுக்கு தலைவலி, உடல் வலி இவைகளை குணப்படுத்தும் சக்தியோடு மட்டுமல்லாமல், காய்ச்சலைத் தணிக்கும் குணமும் இருக்கின்றது. இவைகளை வைத்தியர்கள் (**ANTI PYRETICS**) 'ஜுர எதிரிகள்' என்று அழைக்கிறார்கள். இரண்டு வயதிற்கு உட்பட்ட குழந்தைக்கு $\frac{1}{4}$ மாத்திரை ஆஸ்பரினும், மூன்று வயதிற்கு மேற்பட்ட குழந்தைக்கு மூன்றில் ஒரு பாக மாத்திரையும் கொடுக்கலாம்.

ஐஸ் துண்டுகளின் குளிர்ச்சியாலும், ஆஸ்பரின் மருந்தின் குணத்தினலும் பத்துப் பதினைந்து நிமிஷங்களுக்குள் குழந்தையின் உடல் முழுவதும் வியர்த்து ஜுரம் சட்டென இறங்கிவிடும். 104 டிகிரியாக இருந்த ஜுரம் 100 டிகிரியாகத் தணிந்து விடலாம். ஆனல் காய்ச்சல் இறங்கிவிட்டதே என்று தாயார் மேலே செய்ய வேண்டிய சிகிச்சையை ஒத்திப்போடக் கூடாது. ஏனெனில் மருந்தின் வேகத்தாலும், குளிர்ச்சியான ஒத்தடத்தினலும் இறங்கிய ஜுரத்தின் வேகம் சுமார் ஒன்று முதல், நான்கு மணிவரைதான் தணிந்து காணப்படும். மேலே சிகிச்சை ஒன்றும் செய்யாவிடில் மீண்டும் ஜுரம் தனது உக்கிரமான சக்தியுடன் ஓங்கி வீச ஆரம்பித்து விடும். அதிக உஷ்ணம் நரம்பு மண்டலத்தைப் பாதித்து வலிப்பை உண்டாக்காதிருக்கத்தான் மேற்கூறிய சிகிச்சையைச் சட்டென செய்யவேண்டும் என்றோம். ஜுரம் என்பது உடலில் ஏற்பட்டுள்ள ஏதோ ஒரு நோயின் அறிகுறியாதலால், அது என்ன நோய் என்று கண்டு

அதற்குத்தக்க சிகிச்சை செய்விக்க வைத்தியர் உதவியை நாடுவது அவசியமாகும்.

மருந்து கொடுக்கும் முறை:—வைத்தியர் குழந்தையைப் பரிசோதித்து மருந்துகளை எழுதிக் கொடுத்துவிட்டுப் போய்விடுகிறார். அதை எப்படிக் கொடுப்பது? அநேகமாக குழந்தைக்கு எளிதாகக் கொடுக்கும் மருந்துகளைத்தான் அவர் எழுதிக் கொடுக்கிறார். எப்படிக் கொடுப்பது என்று கொடுக்கும் முறையையும் விளக்கிச் சொல்லிவிட்டுத்தான் போகிறார். இருந்தபோதிலும் குழந்தைக்கு மருந்து புகட்டுவது என்பது தாயாருக்கு மிகவும் சங்கடமானதொரு காரியம். இரண்டு வயதிற்கு உட்பட்ட குழந்தைக்கு தாயார் எளிதில் மருந்தைப் புகட்டிவிடமுடியும். மருந்து கொடுக்கும் பொழுது எவ்விதமான ஆர்ப்பாட்டமும் செய்யாது. ஏதோ ஆகாரம் கொடுப்பது போல் மருந்தை தேக்கரண்டியில் எடுத்து குழந்தைக்கு ஊட்டினால் அவன் பிடிவாதம் ஏதும் செய்யாது சாப்பிட்டுவிடுவான். குழந்தைகளுக்கு வைத்தியர் எழுதிக் கொடுக்கும் மருந்துகளில் இனிப்புக் கலந்திருக்கும் அதனால் குழந்தை மிகவும் பிரியமாக சாப்பிட்டு விடுவான் இரண்டு வயதுக்குப்பட்ட குழந்தைக்கு மருந்தைத் தேக்கரண்டியினால் புகட்டுவதுதான் சரியான முறை. மூன்று வயதிற்கு மேற்பட்ட குழந்தைக்கு மருந்தை அவுன்ஸ் கிளாசில் ஊற்றிக் கொடுக்கலாம். மருந்தைக் குடிக்கக் கொடுக்கும்பொழுது அவன் மனதிற்கு உகந்த கதைகள் ஏதாவது சொல்லி, அவனது கவனத்தை மருந்திலிருந்து திருப்பிவிட வேண்டும். மருந்தை குடிக்கும்படி ஒரு பொழுதும் அவனைத் திட்டி, அடித்து மிரட்டக்கூடாது நோயினால் வாதனைப்படும் சிறுவன் கடுமொழிகளைக் கேட்டு வெகுண்டு அழ ஆரம்பிப்பான். சிரமப்பட்டு புகட்டிய மருந்தை அடுத்த கணமே வெளியே வாந்தி எடுத்து விடுவான். ஆகவே நோயாளிக் குழந்தையை ஒருபொழுதும் வற்புறுத்தி மருந்து புகட்டக் கூடாது.

ஸல்பானிலமைட், ஆஸ்பரின், வைட்டமின், கால்ஷியம் முதலிய மருந்துகளைக் கொடுக்க நேரிடும் பொழுது மாத்திரையை அப்படியே கொடுக்கக்கூடாது. நான்கு

வயதிற்கு மேற்பட்ட குழந்தைக்குக்கூட மாத்திரைகளைப் பொடியாக்கி தேனுடன் குழைத்தோ அல்லது நீருடன் கலந்தோ தான் சாப்பிடக் கொடுக்கவேண்டும்.

மருந்துகளை குழந்தை தினசரி உட்கொள்ளும் பால், பழரஸம் போன்றவைகளுடன் கலந்து அளிப்பது தவறு. அவ்வாறு செய்தால் அந்த ஆகாரத்தில் வேறு ஒருவித் புதுச்சுவை இருப்பதைக் குழந்தை கண்டுகொண்டு விடுவான். கசப்பான மருந்தை பழரஸத்துடன் ஒருமுறை கலந்து கொடுத்துவிட்டால் போதும். பிறகு வெறும் பழரஸத்தை சாப்பிடவே குழந்தை மறுத்துவிடுவான். பொடியான மருந்துகளை தேனில் குழைத்துக் கொடுப்பது தான் நல்ல முறையாகும். தேன் கைவசமில்லாவிடில் சர்க்கரையுடன் கலந்த நீரில் கலக்கிக் கொடுக்கலாம்.

தாயார் செய்யக் கூடாதது:—வைத்திய வசதி கிடைக்கும் வரை தாமதம் செய்தல் கூடாது என்ற நிர்ப்பந்தம் ஏற்படும் அவசர சமயங்களில் மட்டுமே தாயார் ஆஸ்பரின் போன்ற மருந்துகளை உட்கொள்ளக் குழந்தைக்கு கொடுக்கலாம். வைத்தியரின் ஆலோசனையின்றி ஆஸ்பரின், ஸல்பானிலமைட் போன்ற மருந்துகளை அடிக்கடி சாப்பிடக் கொடுப்பது மிகவும் தவருகும்.

அநேக வீடுகளில் தற்காலத்தில் சிபோசால், எம் அண்ட் பி, போன்ற மாத்திரைகள் அதிகம் வாங்கி வைத்துக்கொண்டு தாங்களே இஷ்டப்படி உபயோகிக்கின்றனர். ஒருதடவை இருமல் ஜுரத்திற்கு வைத்தியர் சிபோசால் மாத்திரையைக் கொடுத்து அது குணமாகிவிட்டதைக் கண்டதும், அடுத்த தடவை குழந்தைக்கு இருமல் ஜுரம் வரும்போது சிபோசால் மாத்திரை கொடுத்தால் தானே குணமாகிவிடும் என்ற எண்ணம் தாயாருக்கு ஏற்படுவது இயல்பே. ஆஸ்பரின், ஸல்பானிலமைட் மாத்திரைகளை மிதமிஞ்சி உபயோகித்தால் பல கெடுதிகள் ஏற்படலாம். ஆஸ்பரின் தேவைக்குமீறிய அளவு அடிக்கடி உபயோகித்தால் இருதயத்தைப் பலஹீனப்படுத்திவிடும். ஸல்பானிலமைட் மருந்தை கண்மூடித்தனமாக உபயோகித்தால் வாந்தி, மயக்கம், இரத்த சோகை, மூத்திரக் கோளாறு

போன்ற உபத்திரவங்கள் ஏற்படும். ஆகவே ஆலோசனையோடு உபயோகிப்பது மிகவும் சிறந்ததாகும்.

இதேபோன்று இன்னொரு தவறும் தாயார் செய்யக் கூடும். வயிற்று வலியினால் குழந்தை வாதனைப்படும் பொழுது, வீட்டிலுள்ள பெரியவர்கள் இளம் தாயாருக்கு ஒரு சிறு உபாயம் சொல்லித் தருவது உண்டு. "வயிற்று வலியா? அஜீரணமும் மலச்சிக்கலாகவும் இருக்கும். கொஞ்சம் விளக்கெண்ணெய் எடுத்து பேதிக்குக் கொடு. இரண்டு தடவை மலங்கழித்தால் சரியாகிவிடும்" என்பதுதான் அந்தச் சிறு உபாயம். இந்த சிகிச்சை முறை மிகவும் சுலபமானதாகக் காணப்பட்டாலும் சில சமயங்களில் பெரும் ஆபத்தை விளைவிக்கக்கூடும். வயிற்று வலியினால் துடிக்கும் சிறு குழந்தைக்கு ஒருபொழுதும் பேதிக்குக் கொடுக்கக்கூடாது. இதை இளந் தாயார் நன்கு ஞாபகத்தில் வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். ஏனெனில் வயிற்றுவலி அஜீரணம், மலச்சிக்கல் என்ற இரண்டினால் மட்டும் ஏற்படுவதில்லை. சில சமயம் குடல் முறுக்கம், குடல் அனுபந்தம் (**Appendicitis**) முதலியவைகளினாலும் ஏற்படலாம். 'எல்லாப் பாவத்திற்கும் ஒரு முழுக்கு' என்பதுபோல் எல்லாவித வயிற்றுவலிக்கும் ஒரு கரண்டி விளக்கெண்ணெய் என்ற வைத்திய முறை மிகவும் ஆபத்தை விளைவித்துவிடும். ஆகவே வயிற்றுவலியால் துடிக்கும் குழந்தையை வைத்தியரிடம் காட்டி ஆலோசனை பெறாது ஒருபொழுதும் பேதிக்குக் கொடுக்கக் கூடாது.

நோயாளிக் குழந்தையை கையாளும் முறை:— நோயாளியாக இருக்கும் குழந்தைக்கு அதுசமயம் தாயின் அன்பும் ஆதரவும் நல்ல பாதுகாப்பும் அதிகம் தேவை. குழந்தையின் மனம் நோயின்போது மிகவும் மாறுபட்டு இருக்கும். ஓடியாடிக் கொண்டிருந்த குழந்தைக்குப் படுக்கையிலே இருக்கவேண்டிய நிர்ப்பந்தம் ஏற்பட்டுவிட்டதினால் மனதில் எரிச்சலும், ஆத்திரமும் மேலோங்கி நிற்கும். அதனால் பிடிவாத குணமும் அதிகம் ஏற்பட்டுவிடும். தாயை அடிக்கடி கூப்பிட்டு, தொந்திரவு செய்த வண்ணமிருப்பான். பேசத் தெரியாத சிறு பருவத்

துக் குழந்தை தாயார் தன்னைச் சதா தூக்கி வைத்துக் கொள்ளவேண்டுமென்று முரண்டுகொண்டு அழுவான்.

குழந்தைக்கு வரும் நோய்கள் பெரும்பாலும் சில தினங்களிலே குணமடைந்துவிடுகின்றன. தாயாருக்கு அவனால் ஏற்படும் தொந்திரவுகளும் சீக்கிரத்தில் குறைந்துவிடுகின்றன. ஆனால் சில சமயங்களில் டைபாய்டு போன்ற காய்ச்சலின்போது குழந்தை ஒரு மாத காலம் நோயாளியாக படுக்கையில் கிடக்கலாம். பலநாட்கள் நோயாளியாக படுத்துக்கிடக்கும் குழந்தையின் மனப்பான்மை வெகுவாகக் கெட்டுவிடுவது இயல்பே. அதற்குப் பல காரணங்களும் இருக்கின்றன. தன்னைச் சுற்றியுள்ளவர்கள் தன்னைப் பற்றிக் கவலைப் படுவதை குழந்தை அறிந்துகொண்டுவிடுகிறான். அந்தக் கவலை அவனையும் பீடித்துக்கொண்டுவிடுகிறது. தனக்கு ஏதோ வந்துவிட்டது என்ற பயத்தினால் தாயார் தன் பக்கத்திலேயே சதா இருக்கவேண்டும் என்று பிடிவாதம் செய்கிறான். அப்படித் தாயார் இருக்காவிடில், கோபங் கொண்டு கூச்சலிட்டு அழுது ரகளை செய்கிறான். நோயாளிக் குழந்தையிடம் தாயார் அன்பாகவும், ஆதரவாகவும் நடந்துகொள்ள வேண்டும். ஆனால் அதிக சலுகைகள் காட்டி, அவனது நோயாளி மனப்பான்மைக்குத் தூபம் போடக் கூடாது. ஒருபொழுதும் நோயாளிக் குழந்தையைத் தாயார் அதட்டி, மிரட்டி கோபித்துக் கொள்ளவே கூடாது.

ஆகாரம் :–நோயின் தன்மைக்குத் தக்கபடி எளிதில் ஜீரணிக்கக் கூடிய ஆகாரத்தைத்தான் குழந்தைக்கு அளிக்க வேண்டும். ஆகாரத்தைப் பற்றி அந்தந்த நோயின் கீழ்—விவரமாக தரப்பட்டுள்ளது. பொதுவாக நோயாக இருக்கும் குழந்தைக்கு அளிக்கும் ஆகாரம் நீர் கலந்ததாக இருப்பது நலம்.

ஒரு வயதிற்கு உட்பட்ட குழந்தைக்கு பிரத்தியேக மான ஆகாரம் ஏதும் தேவையில்லை. தினசரி அளிக்கும் தாய்ப்பாலே அவனுக்கு நோயின்போதும் அளிக்கலாம்.

இரண்டு வயதுக்கு உட்பட்ட குழந்தைக்கு பசும் பாலும் பார்லித் தண்ணீரும் கலந்து கொடுக்கலாம்.

மூன்று வயதிற்கு மேற்பட்ட குழந்தைக்கு கெட்டியான ஆகாரம் ஏதும் கொடுக்கக் கூடாது. நீர் கலந்த பால், பழரஸம், பார்லி தண்ணீர் இவை கொடுத்தால் போதும். நோயாக உள்ள குழந்தைக்கு பசி மிகவும் மந்தமாகி விட்டிருக்கும். அதிக ஆகாரம் உட்கொள்ளும்படி அவனை அதுசமயம் வற்புறுத்தக் கூடாது. காய்ச்சலாக இருக்கும் குழந்தைக்கு பிடிவாதம் செய்தான் என்ற காரணத்திற்காக தேங்காய், குழம்பு, ரசம், ஊறுகாய் முதலிய பொருள்களை ஒருபொழுதும் கொடுக்கக்கூடாது

ஆஸ்பத்திரி வாசம் :—சில நோய்களுக்கு குழந்தையை ஆஸ்பத்திரியில் அனுமதிக்க நேரிடுகின்றது. ஒரு வயதிற்குட்பட்ட குழந்தையாக இருந்தால், ஆஸ்பத்திரி வீடு என்றெல்லாம் வித்தியாசம் ஒன்றும் விளங்குவதில்லை. அதனால் அவன் தாயாருக்கு அதிகத் தொல்லை கொடுக்கமாட்டான்.

இரண்டு வயதிற்கு மேற்பட்ட குழந்தை இடமாற்றத்தை எளிதில் உணர்ந்துகொண்டு விடுகிறான். ஆஸ்பத்திரி வைத்தியர்கள், வெள்ளையுடை அணிந்த நர்ஸ்கள் எல்லாம் அவனுக்கு மிகவும் புதியதொரு அனுபவமாக பயத்தையும் கலக்கத்தையும் உண்டாக்குகின்றன அநேகமாக ஆஸ்பத்திரிகளில், குழந்தையின் தாயார் கூடவே இருக்க அனுமதிக்கப்படுகிறாள். அதனால் குழந்தையின் கவலையும் பீதியும் சிறிதளவு குறைகின்றது மேலும், விளையாடுவதற்கு பொம்மைகளும், மற்ற நோயாளிக் குழந்தைகளின் சேர்க்கையும், குழந்தையிடம் நம்பிக்கையை ஊட்டி பயத்தைப் போக்க உதவுகின்றன. குழந்தையை ஆஸ்பத்திரியில்தான் வைத்து சிகிச்சை செய்யவேண்டும் என்று வைத்தியர் அபிப்பிராயப்பட்டால் தாயார் தடைசெய்யவே கூடாது. ஏனெனில் சில நோய்களுக்கு ஆஸ்பத்திரியில் வைத்து சிகிச்சை செய்வதுதான் தக்க சிகிச்சை முறையாக இருக்கும் சிகிச்சை முறைகளில் வைத்தியரின் அபிப்பிராயப்படியே தாயார் நடந்துகொள்வதுதான் நல்லது. ரணசிகிச்சைகள் குழந்தையின் மனோபாவத்தை பாதிக்கக்கூடும். ஒன்றிலிருந்து மூன்று வயது குழந்தைகள் ரணசிகிச்சையினால் மிகவும் கிலியும், பீதியும் அடைந்து பலவித நரம்புச்

கோளாறுகளினல் பீடிக்கப்படலாம். அதனல்தான் வைத்தியர்கள், குழந்தைகளுக்கு செய்யநேரிடும் சிலவித ரணசிகிச்சையை உடனே செய்யவேண்டும் என்ற நிர்ப்பந்தம் இல்லாவிட்டால், ஐந்து வயதிற்குமேல் செய்யலாம் என்று ஒத்திப் போடுகிருர்கள். தொண்டை, மூக்கு, இவைகளில் ரணசிகிச்சை செய்யவேண்டி வந்தால் பள்ளிக்கூடப் பருவத்தில் செய்வதுதான் உத்தமம்.

நோயாளிக் குழந்தையை கவனிக்கும் முறை :— வைத்தியர் அபிப்பிராயப்பட்டால் ஒழிய சாதாரண நோய்களுக்கு குழந்தையை ஆஸ்பத்திரியில் அனுமதிக்க வேண்டியதில்லை. வீட்டிலே வைத்து தாயார் பணிவிடை செய்து கவனித்துக் கொள்ளலாம்.

நோயாளிக் குழந்தைக்கு ஓய்வு அவசியம். ஆகவே, ஒரு படுக்கையில் காற்றோட்டமான ஒரு இடத்தில் அவனை தாயார் படுக்கவைக்கவேண்டும். வீடு மிகவும் விஸ்தாரமானதாகவும் இடவசதி அதிகமானதாகவும் இருந்தால் நோயாளிக் குழந்தையை காற்ருேட்டமும், வெளிச்சமும், அமைதியும் நிறைந்த ஒரு தனி அறையில் வைத்து சிகிச்சை செய்வது நலம்.

நோயாளியின் படுக்கை மிகவும் மிருதுவானதாக இருக்கவேண்டும். அதன்மீது சுத்தமான வெள்ளை விரிப்புகளை விரித்து வைப்பது நலம். மலம் முதலியவற்ருல் படுக்கை நாசமடைந்துவிடா வண்ணம் தடுக்க படுக்கைமீது ரப்பர் விரிப்பை விரிக்கலாம். ஜன்னல்களினின்று அதிக வெளிச்சம் குழந்தையின் கண்ணில் விழா திருக்க சுத்தமான மெல்லிய வர்ணத் திரைகளை அதில் கட்டி வைப்பது நலம்.

அறைக்குள்ளே ஒரு மேஜையின்மீது நோயாளிக்கு உபயோகிக்கும் தர்மாமீட்டர், நோயாளிக்கு ஆகாரம் அளிக்கும் பாத்திரங்கள்,மருந்துப்புட்டி,அவுன்ஸ்கிளாஸ் முதலியவைகளை வைத்திருக்க வேண்டும். சாதாரண சளி என்ருலும் நோயாளிக்கு உபயோகித்த பாத்திரங்களை தொட்டால் மருந்துநீரில் கழுவி கொதிக்கும் வெந்நீரில் நன்ருக சுத்தப்படுத்திய பின்பே,வீட்டிற்குள்ளேயிருக்கும் மற்ற பாத்திரங்களுடன் கலக்கலாம். இது மிகவும்நல்ல

தொருபழக்கமாகும். தொத்துநோய்களை வீட்டில் பரவாது தடுக்க தாயார், இந்தப் பரிசுத்த முறையை எப்பொழுதும் ஞாபகத்தில் வைத்திருப்பது நலம். நோயாளிக் குழந்தைக்கு தினமும் ஒருமுறையாவது தலைசீவி, கூந்தலை சுத்தமாக வைத்திருக்கவேண்டும். காலையிலும், மாலையிலும், இரவில் ஒருமுறையும், ஒரு கோப்பை தண்ணீரில் இரண்டு சொட்டு டெட்டால் மருந்தை ஊற்றி வாயை அந்நீரால் கொப்பளித்து சுத்தமாக்கவேண்டும். தொத்து நோய்களின் போது, குழந்தையின் வாயை மிகவும் பரிசுத்தமாக வைத்திருப்பது அவசியம். இல்லாவிடில் பலவிதமான தொந்திரவுகள் தொடர்ந்தார்ப்போல் எழுந்து, நோய் குணமாவது தாமதமாகும். மிகவும் சிறிய குழந்தையாக இருந்தால், மருந்து நீரில் ஒரு சுத்தமான துணியைப் போட்டு நனைத்து, தாயின் ஆள்காட்டி விரலில் அந்தத் துணியைச் சுற்றிக்கொண்டு, மெல்ல வாயின் உட்புறத்தை விரலால் சுத்தப்படுத்தவேண்டும்.

நிமோனியா, மார்சளி, போன்ற நோய்களின்போது குழந்தைக்கு, இரண்டு அல்லது மூன்று தினங்களுக்கு ஒரு முறையாவது, உடம்பு முழுவதையும், நன்ருக தண்ணீர் தொட்டுத் துடைத்துவிடவேண்டும். இளம் சூடான வெந்நீரை ஒரு பீங்கானில் நிரப்பிக்கொண்டு,படுக்கைமீது ரப்பர் விரிப்பை நன்ருக விரித்து அதன்மீது குழந்தையைப் படுக்கவைத்துவிட்டு, சுத்தமான ஒரு துண்டை தண்ணீரில் போட்டுப் பிழிந்து, அதனல் குழந்தையின் உடலை அழுக்குப் போகத் துடைக்கவேண்டும். பிறகு உலர்ந்த சுத்தமான துண்டினல் ஈரத்தை நன்ருகத் துடைத்துவிட்டு, அரிப்பு ஏற்படா வண்ணம் இருக்க முகப்பவுடரை அக்கிள், தொடை இடுக்கு, முதுகு, ஆசனம் முதலிய இடங்களில் பூசவேண்டும்.

நோயாளிக் குழந்தைக்குப் பணிவிடை செய்யும் தாயார், தனது கரங்களை ஒவ்வொருமுறையும் டெட்டால் கலந்த மருந்து நீரில் கழுவிக்கொண்டு, பிறகு சோப்பினல் நன்ருகத் தேய்த்துக் கழுவிக் கொள்வது அவசியம்.

எனிமா கொடுப்பது எப்படி?—மலச் சிக்கலினல் குழந்தை அவதிப்படும்பொழுதும், வயிற்றிலே வாயு அதி

கும் தேங்கிக்கொண்டு வயிற்று நோயினல் அவதிப்படும் பொழுதும் தாயார் எனிமா கொடுத்து குடலை சுத்தம் செய்ய நேரிடுகின்றது. எனிமா கொடுப்பது என்பது பழகி விட்டால் மிகவும் சுலபமான தொரு காரியம் என்பதை தாயார் அனுபவத்தில் அறிந்து கொள்ளலாம். ஐந்து வய திற்குட்பட்ட குழந்தைக்கு தாயார் கிளிசரின் என்பதை எனிமா கொடுத்தால் மலச்சிக்கலை தவிர்க்கலாம்.

சிறு குழந்தைக்கு எனிமாகொடுக்கும் குழலை எடுத்து அதை முதலில், நன்ருக வெந்நீரில் கழுவவேண்டும். ஒரு கண்ணுடி டம்ளரில் ஒருவயதிற்குட்பட்ட குழந்தைக்கு அரை அவுன்ஸ், இரண்டு வயதிற்குட்பட்ட குழந்தைக்கு முக்கால் அவுன்ஸ், மூன்று வயதிற்கு மேற்பட்ட குழந் தைக்கு ஒரு அவுன்ஸ், என்ற கணக்கில் கிளிசரின் எனும் திரவத்தை விட்டு, அத்துடன் அரை அவுன்ஸ் அளவு இளம் சூடான வெந்நீரைக் கலந்து, அதை எனிமாக் குழ லால் இழுத்து நிரப்பிக்கொள்ள வேண்டும். பிறகு, குழந் தையை, வீட்டில் உள்ள பாட்டியாரோ அல்லது மற்ற யாரேனும் ஒருவர் தனது மடியில் குப்புற படுக்கவைத்துக் கொள்ளவேண்டும். எனிமாக் குழலைக்கண்டதுமே இரண்டு வயதிற்குட்பட்ட குழந்தை மிரண்டு கைகால்களை உதைத் துக்கொண்டு கூச்சலிடுவான். ஆதலால் அவனை சிறிது நேரம், அமுக்கிப் பிடித்துக்கொள்ளவேண்டும். எனிமா குழ லின் மூக்கிலே வாஸலைனை சிறிதளவு தடவி வழு வழுப் பாகச் செய்துவிட்டு, குழந்தையின் ஆசன வாயை விரல் களினுல் நன்ருகப் பிரித்துக் கொண்டு மெல்ல குழலை இரண்டு அங்குல அளவு உள்ளே சொருகவேண்டும். பிறகு, குழலின் கைப்பிடியை மெதுவாக அமுக்கி, உள்ளே யிருக்கும் கிளிசரின் திரவத்தை முழுவதும் ஆசனத்திற் குள் செலுத்தி விடவேண்டும். குழலை மெல்ல வெளியே எடுத்ததும், திரவம் உடனே வெளியே வழிந்து ஓடிவந்து விடாவண்ணம் சில விநாடிகள் குழந்தையின் இரு தொடைகளையும் அழுத்திச் சேர்த்துப் பிடித்துக்கொண்டி ருப்பது நலம். பிறகு குழந்தையை மலம் கழிக்க பிரத்தி யேகமாக உபயோகிக்கும் பீங்கானில் உட்காரவைத்து மலம்கழிக்கச் செய்யலாம். மலம்கழிக்க குழந்தை முக் கும்பொழுது, வயிற்றை மெல்ல தடவிக்கொடுத்தால்

குடல் சுரு சுருப்பாக இயங்க உதவியாக இருக்கும். ஐந்து வயதிற்கு மேற்பட்ட குழந்தைக்கு சோப்பு நீர் எனிமா கொடுத்து குடலை சுத்தம் செய்யலாம். எனிமா கான் எனும் பீங்கானையும் அத்துடன் பொருந்தியுள்ள ரப்பர் குழாயையும், நன்ருகக் கழுவிவிட்டு, முக்கால் பாகத்திற்கு இளஞ்சூடான வெந்நீரைவிட்டு நிரப்பி, அதில் ஒரு சிறு சோப்புத் துண்டத்தை போட்டு சில நிமிஷங்கள் அப்படியே ஊரவைத்திருக்கவேண்டும். சோப்பு நன்ருக கரைந்ததும், நுரை வருமளவு தண்ணிரை நன்ருக கலக்கிவிட்டு, பிறகு ரப்பர் குழாய் முடிவில் பொருத்தி யிருக்கும் 'வல்கனைட்' குழாயின் வாயில் வாஸலீனைத் தடவி வழுவழுப்பாக செய்யவேண்டும். குழந்தையை பக்க வாட்டில் படுக்கச்செய்து, படுத்திருக்கும் இடத்திற்கு மேலே ஒன்றரை அடி உயரத்தில் எனிமாகானை தூக்கி வைத்துவிட்டு, ஆசன வாயில் மெல்ல குழாயை சொருகி தண்ணீர் உள்ளே செல்ல அடைப்பைத் திறந்துவிட வேண்டும். தண்ணீரில் முக்கால் பாகம் சென்றதுமே மலங்கழிக்க வேண்டுமென்ற ஒரு உணர்வு குழந்தைக்கு ஏற்பட்டுவிடுமாகையினுல், எழுந்து ஓட முயற்சிப்பான். தேவையான அளவு நீர் சென்றதும், மெல்ல குழாயை வெளியே எடுத்து விட்டு, தொடைகளை அழுத்தமாக கையினுல் சிறிது நேரம் பிடித்துக் கொண்டிருந்தால் உள்ளே சென்ற நீர் வீணேசட்டென வெளியில் ஓடி வராது தடுக்கலாம். சோப்பு நீர் உள்ளே சென்று கட்டியாக காய்ந்து போன மலத்தை இளக்கி, குடலை நன்ருக நீர்விட்டுக் கழுவுவது போல் கழுவி மலத்தை வெளியே கொண்டு வந்துவிடும். இதனுல் மலச் சிக்கல் உடனே நிவர்த்தியாக இருக்கும்.

ஒத்தடம்:—சில நோய்களுக்கு சூடான ஒத்தடம் போடவேண்டியிருக்கும். சில நோய்களுக்கு குளிர்ந்த ஒத்தடம் போடவேண்டியிருக்கும். 104 டிகிரி வரை காய்ச்சல் கடுமையாக வீசினுல் அதைக் குறைக்க, சட்டென்று குழந்தைக்கு ஐஸ் கட்டி ஒத்தடம்போட வேண்டியிருக்கும். அதைப்பற்றி காய்ச்சல் என்ற தலைப்பில் விவரிக்கப் பட்டுள்ளதால் இங்கே திரும்பக் கூறவேண்டிய அவசியமில்லை. சூடான ஒத்தடத்தைப் பற்றிக் கூறுவோம்.

இதில், இரண்டு விதங்கள் உள்ளன. சில நோய்களுக்கு சூடான நீர் ஒத்தடம்போட வேண்டியிருக்கும்: சிலவற்றிற்கு வெறும் சூடுமட்டும் உடலில் படும்படி ஒத்தம் போடவேண்டியிருக்கும். சீழ்கட்டிகள் வீங்கிக்கொண்டு போகும் போதும், சுளுக்கு ஏற்பட்டு முட்டி வீங்கிக் கொண்டாலும் ஊசிபோட்ட இடம் வீங்கி வலித்த போதும், வீக்கம் தணிந்து நோவு குறைய வெந்நீர் ஒத்தடம் போடலாம். கைபொறுக்கும் அளவு சூடான நீரில், சுத்தமான துண்டு ஒன்றைப் போட்டுப் பிழிந்துவிட்டு, அந்த சூடு ஆறுமுன்பு வீங்கிய பாகத்தின் மீது மெல்ல ஒத்தவேண்டும். சூடு -ஆறியதும் மறுபடி வெந்நீரில் நனைத்துப் பிழிந்துகொண்டு ஒத்தவேண்டும். சூடுபட்டதும், வீங்கிய பாகத்தில் உள்ள இரத்தக் குழல்கள் நன்ருக பிரிந்து கொள்கின்றன. வீக்கத்திஞல் தடைப்பட்டு தேங்கி நின்ற இரத்த ஓட்டம் சுருசுருப்படைவதிஞல் நோவு குறைகின்றது. வீக்கமும் தணிகின்றது. ஒத்தடத்தின் ரகஸியம் இதுதான்.

மார்சளி, நிமோனியா போன்ற நோய்களிஞல், நெஞ்சில் தங்கியுள்ள சளி சூட்டால் கரைந்து வெளிப்படும் நிமித்தம் சூடான ஒத்தடம் போடவேண்டி வருகின்றது. இதற்கு சாதாரணமாக வீடுகளில், கோதுமைத் தவிடை வறுத்து ஒரு துணியில் கட்டி, கைபொறுக்கும் அளவு சூடாக இருக்கையில் நோயாளியின் நெஞ்சு, முதுகு முதலிய பாகங்களில் ஒத்தடம் போடுவதுண்டு. இது மிகவும் சிக்கனமானது. ஆஞல், நல்ல பலன் கொடுக்கும் முறையாகும். இதற்குப் பதில் 'ஆண்டிபிளறிஸ்டின்' என்பதையும் உடயோகிக்கலாம். வெந்நீர் பையில் சூடான நீரைக் கொட்டி மூடி அதையும் உபயோகிக்கலாம்.

மாவு கிளரி வைத்துக் கட்டுதல்:—சீழ் கட்டிகள் பழுக்காது தொந்திரவு கொடுத்துக் கொண்டிருந்தால் அதன்மீது மாவைக் கிளரி வைத்து இரவு கட்டிவிட்டால், மறுநாள் பழுத்து தானே உடைந்துகொண்டு சீழ் வெளிப்பட்டுவிடும். இந்த முறை பழங்காலத்திலிருந்து நமது வீடுகளில் பாட்டிகள் அனுசரிக்கும் ஒரு சிகிச்சை முறையாகும். இதஞல் நல்ல பயன் ஏற்படுவதால் தற்கால வைத்தியர்களும் இதை ஆதரிக்கின்றனர். நான்கு

தேக்கரண்டி அளவு அரிசிமாவை எடுத்து, ஒரு சிறு பாத்திரத்தில் ஒரு அவுன்ஸ் நீரைக் கொதிக்க வைத்து அத்துடன் போட்டுக் கிண்டி நன்ருக வெந்ததும் அடுப்பிலிருந்து எடுத்து உடல் பொறுக்கக்கூடிய இளஞ்சூடாக ஆறிய பின்பு, ஒரு வெற்றிலைமீது மாவைப் பரப்பி, அதை கட்டியின்மேல் லேசாக வைத்து மெல்லிய துணியால் கட்டிவிடவேண்டும். மறுநாள் கட்டை அவிழ்த்தால் அநேகமாக கட்டி உடைந்துகொண்டு சீயும், இரத்தமும் அத்துடன் வெளிப்பட்டுவிடும். இல்லாவிடடாலும், கட்டியை வைத்தியர் கீறிவிடக்கூடிய அளவு நன்ருகப் பழுத்து விட்டிருக்கும்.

பத்துப் போடல்:—இதை ஆங்கிலத்தில் 'கவுண்டர் இரிடேஷன்' என்பார்கள். நோயுற்ற ஒரு பாகத்தின்மீது சில மருந்துப் பொருள்களை திரவமாகவோ, அல்லது குழம்பாகவோ பூசினல், அங்குள்ள நரம்புகளுக்குச் சுருசுருப்பு உண்டாகின்றது. அவைகள் மூலமாக அந்த உணர்ச்சியானது, நோயுற்ற உறுப்பிற்குச் சென்று நோயைக் குறைக்கச் செய்கிறதாம். இதுதான் சிகிச்சையின் தத்துவம். குங்குமப்பூ, மஞ்சள், கடுகு, யாளிவிதை முதலியவற்றை பத்துப் போடுவதற்கு சாதாரணமாக வீடுகளில் உபயோகிக்கின்றனர்.

குங்குமப்பூவை மஞ்சள்பொடியுடன் கலந்து, தண்ணீர் விட்டுக் குழப்பி, இளஞ்சூடாக அடுப்பில் வைத்து உஷ்ணப்படுத்தி, சளிப்பிடித்துள்ள குழந்தைக்கு நெற்றி, கன்னம் இவைகளின்மீது பூசிவைப்பதைக் காணலாம். மூக்கிலும், மூக்கை அடுத்துள்ள 'சைனஸ்'கள் எனப்படும் இடங்களிலும் தேங்கியுள்ள சளி கரைந்துபோவதற்கு இது மிகவும் உதவியாக இருப்பதால் இம்முறையை தாயார் தாராளமாகக் கையாளலாம். கை, கால்களில் குடைச்சல், வயிற்றுநோவு இதற்கு, கடுகு அறைத்துப் பத்துப்போடுவதும் வீடுகளில் கையாளும் முறை. ஒரு தேக்கரண்டி, கடுகுப்பொடியுடன் ஐந்து தேக்கரண்டி அரிசி மாவைக் கலந்து, நீரில் கொதிக்கவைத்து, ஒரு துணியில் இளஞ்சூடாக இருக்கையில் அப்பி அதை நோயுற்ற பாகத்தின்மீது சில நிமிஷங்கள் வரை போட்டு வைக்கலாம். இதனல் நரம்புக் குடைச்சல், முட்டிவலி

முதலியன வெகுவாக குறைவதைக் கவனிக்கலாம். கடுகு மிகவும் காரமான பொருளாதலால், சர்மத்தின்மீது வெகு நேரம், போட்டுவைத்தால் சர்மம் சிவந்து புண்ணுகிவிடும். ஆகவே சில நிமிஷங்களில் எடுத்துவிட வேண்டும். இன்னும் கிராம்பு, கடுக்காய், வேப்பங்காய் முதலியவை களையும் பத்துப்போட வீட்டில் உள்ள பெரியோர்கள் உபயோகிப்பதுண்டு. பொதுவாக பத்துப்போடுதல் என்பது நன்மையைப் பயக்கின்றது என்ருலும், குழந்தை யின் மென்மையான சர்மத்தில், காரமான பொருள் களைப் பூசுவது அவ்வளவு நல்லதல்ல. ஆகவே, சர்மத் தைப் பாதிக்காத எந்தவிதமான பொருளையும், பத்தாக தாயார் தாராளமாகப் போட்டு திருப்தியடையலாம். அதில் தவறு இல்லை. ஆனுல் சர்மத்தைப் புண்ணுக்கி விடக்கூடிய காரமான பொருளை உபயோகிக்கக்கூடாது.

3. கருப்பையில் இருக்கையில் ஏற்படக்கூடிய நோய்கள்

கர்ப்பிணியான தாயாருக்கு வரக்கூடிய அநேக நோய்கள் கருவில் உள்ள குழந்தையையும் பாதிக்கும் என்று கூறத் தேவையே இல்லை. தாயாருக்கு வந்துள்ள நோய் மிகவும் கடுமையானதாக இருந்தால் கருவிலிருக் கும் குழந்தை அநேகமாகப் பிழைப்பது அரிதாகிவிடு கிறது.

கருவில் உள்ள குழந்தைக்கு கீழ்க்கண்ட நோய்கள் அபாயத்தை விளைவிக்கலாம்.

(1) கர்ப்பிணியான தாயாருக்கு ஏற்பட்டுள்ள விஷவாந்தி அல்லது விஷஜன்னி.

(2) உக்கிரமான ஜுரம்.

(3) ஸிபிலிஸ் என்னும் நோய்.

(4) அம்மை, இன்புளுயன்ஸா போன்ற தொத்து நோய்கள்.

(5) கர்ப்பிணியான தாயார் தவறிக் கீழே விழுந்ததினால் ஏற்படும் விபத்து.

(6) பிரசவ வேதனைக்குமுன் கருப்பையிலிருந்து உதிரம் வெளிவரத் துவங்குதல்.

இவைகளைத் தடுப்பது மிகவும் எளிது. கர்ப்பிணியாக உள்ள தாயாரின் ஆரோக்கியம் சிறிது குலைந்தாலும் உடனுக்குடன் தக்க வைத்தியரிடம் உடலைப் பரிசீலனை செய்துகொண்டு நல்ல சிகிச்சை எடுத்துக்கொண்டால் பிறக்கவிருக்கும் குழந்தையை மரணத்தினின்று பாதுகாக்க இயலும்.

தாயின் கருப்பையிலே உள்ள குழந்தைக்கு ஏற்படக் கூடிய நோய்களில் மிகவும் முக்கியமானது ஸிபிலிஸ் எனப்படும் நோய். இதைப் பற்றி இங்கே விரிவாகக் கவனிப்போம்.

ஸிபிலிஸ் :—இந்த நோயை பறங்கிப் புண், மேக நோய் என்று பல்வேறு பெயர்களால் அழைப்பார்கள். இது, இந்நோயுள்ள ஆணிடமிருந்து சேர்க்கையின் மூலம் பெண்ணிற்கும், பெண்ணிடமிருந்து ஆணுக்கும் ஏற்படுகின்றது. கணவனிடமிருந்து மனைவிக்கு இந்நோய் ஏற்பட்டதும் தக்க சிகிச்சை செய்துகொள்ளாவிடில், நோய்க் கிருமிகள் உடலைவிட்டு அகலாது குடிகொண்டு விடுகின்றன. நோயுற்ற தாய் கர்ப்பமானதும் இந்த நோய்க் கிருமிகள் குழந்தையைப் பாதித்து, பிறக்குமுன்பே அதை நோயாளியாக்கி விடுகின்றது. இந்நோயைக் குழந்தை பிறக்குமுன்பே அடைந்துவிடுவதால், குழந்தையிடம் காணப்படும் மேக நோயை வைத்தியர்கள் பிறவி மேக நோய் **(Congenital Syphilis)** என அழைக்கிறார்கள்.

நோயின் அறிகுறிகள் :—பிறவி மேக நோய் குழந்தையிடம் பல்வேறு வெளித் தோற்றத்துடன் காணப்படுகின்றன. நோயின் வெளித் தோற்றங்கள் பின்வருவன.

இளைத்தல் :—பிறந்த குழந்தை வளர்ச்சியடையாது, நாளுக்குநாள் இளைத்துக்கொண்டே போகும். இவ்வாறு இளைத்துப் போவதற்கு கண்கூடான காரணங்கள் வேறு

ஏதும் இருக்காது. இதற்குக் காரணம் என்னவாக இருக்கும் என்று சில சமயம் வைத்தியர்கள்கூட கண்டுபிடிக்க முடியாது திணறிப் போவதுமுண்டு. முடிவில் குழந்தையின் இரத்தத்தை எடுத்துப் பரிசோதனை செய்தால், பிறவி மேகநோயினுல் குழந்தையின் இரத்தம் கெட்டுவிட்டிருப்பதைக் காண்பார். இந்நோயினுல் ஏற்படும் ஒரு வித விஷத்தினுல், குழந்தையின் ஆரோக்கியம் நலிந்து நாளுக்குநாள் இளைத்துத் துரும்பாகிவிடுகிறது என்று ஆராய்ச்சியாளர்கள் அபிப்பிராயப்படுகிருர்கள்.

சர்மத்தின்மீது எழுச்சிகள்:—சில குழந்தைகளிடம் பிறவி மேக நோய், அம்மை போன்ற எழுச்சிகளாக சர்மத்திலே காணப்படும். இந்த எழுச்சிகளை மூன்று வகையாகப் பிரிக்கலாம். 1. தட்டையான மேலே எழும்பாத கொப்புளங்கள். 2. சிவப்புப் புள்ளிகள் போன்ற எழுச்சிகள். 3. பெரிய கொப்புளங்கள்.

தட்டை கொப்புளங்கள்:—குழந்தை பிறந்த இரண்டு மாதங்களுக்குப்பின் திடீரென்று அம்மை வார்த்ததுபோல் சர்மத்தின்மீது தட்டையான கொப்புளங்கள் காணப்படும். இதைத் தாயார் தட்டை அம்மை என எண்ணிக் கொள்வது சகஜம். ஆனுல் அம்மை நோய்க்கு முன்னர் ஜுரம் வருவதுபோல் இந்தக் கொப்புளங்களுடன் ஜுரம் வருவதில்லை. இவைகள் அநேகமாக புருவங்கள், வாய், ஆசனவாய், தொடை இடுக்கு இவைகளைச் சுற்றியுள்ள சர்மத்தின் மீதுதான் அதிகமாகக் காணப்படும்.

சிகப்புப் புள்ளிகள் போன்ற எழுச்சிகள்:—இதுவும் குழந்தை பிறந்த இரண்டு மாதங்களுக்குப்பின் சர்மத்தின்மீது திடீரென்று காணப்படும். இந்த எழுச்சிகள் சாதாரணப் பார்வைக்கு கொசுக்கடித்த காயம்போல் தென்படலாம். ஆசனவாய், தொண்டை, இடுப்பின் பின்புறம், வாய், தாடை இவற்றைச் சுற்றியுள்ள சர்மத்தில்தான் இவை அதிகமாகக் காணப்படும்.

பெரிய கொப்புளங்கள்:—நெருப்புச் சுட்டால் ஏற்படும் பெரும் கொப்புளங்களைப்போல் இவைகள் காணப்படும். கொப்புளங்களின் உள்ளே, இரத்தம் கலந்த நீர்

தேங்கியிருக்கும். இந்த மாதிரியான சர்ம எழுச்சி, வியாதி மிகவும் கடுமையாக ஏற்பட்டிருக்கையில்தான் உண்டாகும். கருப்பையிலே வியாதி தீவிரமாக ஏற்பட்டிருந்தால், குழந்தை பிறக்கும்பொழுதே உடலில் இப்படிப்பட்ட பெரிய கொப்புளங்களுடன் பிறக்கும். இந்தக் குழந்தை அதிக நாட்கள் ஜீவித்து இருப்பதில்லை. பிறந்த சில மணி நேரத்தில் மரித்துவிடலாம். அல்லது கருப்பையிலேயே மரித்துப் பிறக்கலாம்.

மூக்கடைப்பு:—சில சமயங்களில் மேக நோய் குழந்தையின் மூக்கிலுள்ள உட்புறத்து மெல்லிய தோலைப் பாதிப்பதுண்டு. நோயினால் தாக்குண்ட மூக்கின் உட்புறத் தோல் வீங்கித் தடித்துக்கொண்டுவிடும். அதனால் குழந்தை எளிதாக சுவாசிக்க முடியாது சிரமப்படும். உப்பியுள்ள தோலின் மீதிருந்து சளிபோன்ற திரவம் கசியும். சில சமயம் அத்துடன் இரத்தமும் கலந்து வெளிப்படும். உட்புறத் தோல் வீங்கி உள்ளதினாலும், சளி போன்ற திரவம் கசிந்து துவாரத்தை அடைத்துக்கொள்வதினாலும் குழந்தை மூச்சு விடுகையில் 'கொணகொண'வென்ற சப்தம் எழும்பும்.

சாதாரணமாகக் குழந்தை பிறந்து இரண்டாவது அல்லது மூன்ருவது வாரத்தில் தான் மூக்கடைப்பு எனும் இந்த அறிகுறி காணப்படும். இதைத் தாயார் சாதாரண சளி என்று தவருக எண்ணிக்கொள்ளலாம். மூக்கடைப்பினால் திண்டாடும் குழந்தைக்கு, சுவாசப் போக்குவரத்து சரியாக இல்லாததினால் தாயின் மார்புக் காம்பினின்று பாலைச் சுவைத்து உண்ணமுடிவதில்லை. சரியான ஆகாரமில்லாததினால் குழந்தையின் ஆரோக்கியம் இதனால் நலிந்துவிட வழியாகின்றது.

சில சமயங்களில் இந்நோய்க் கிருமிகள் மூக்கில் உள்ள தண்டுகளையும் தீவிரமாகப் பாதித்து விடுவதுண்டு. நோயினால் ரணமாகிவிட்ட மூக்குத் தண்டு, கரைந்து நாளடைவில் மறைந்துவிடும். எடுப்பாக இருந்த மூக்குத் தண்டு நாசமாகி விட்டதினால் சப்பையாகிவிடும். இதை வைத்தியர்கள் நோயின் ஒரு சின்னமாகக் கருதுகிருர்கள்.

இப்படிச் சப்பையாகிவிடும் மூக்கை ஸிபிலிஸ் நோய் வந்துள்ள மூக்கு (**Syphilitic Nose**) என அழைக்கிறார்கள்.

மூக்கின் உட்புறத் தோலைப் பாதிப்பது போல் சில சமயம் நோய், தொண்டையின் உட்புறத்து மெல்லிய தோலையும் பாதித்து விடுவதுமுண்டு. நோயால் தொண்டை ரணமாகிவிட்டதும் குழந்தையின் குரல் கம்மிவிடும். அழும்பொழுது, பெரிய பாட்டுக் கச்சேரி செய்துவிட்டு தொண்டை கட்டிக்கொண்டதுபோல், குரல் மிகவும் கம்மிப்போயிருப்பதைக் கவனிக்கலாம்.

புண் :—சுமார் இரண்டு வயதிற்கு மேற்பட்ட குழந்தையிடம் பிறவி மேக நோய் 'காண்டில மேடா' எனப்படும் புண்களாகத் தோன்றுவதுண்டு. ஆசன வாயைச் சுற்றிலும், சிரங்கைப்போல் காண்கிற மேக நோய்ப் புண்ணை தாயார், 'மூலம்' என்று தவருக எண்ணிக்கொள்வதுண்டு. இரண்டுவயதுக் குழந்தைக்கு மூலம் என்னும் நோய் ஒரு பொழுதும் வருவதில்லை என்பதை மறக்கக்கூடாது.

எலும்புகளின்மீது காணப்படும் அறிகுறிகள் :— மேக நோய் குழந்தையின் உடலிலுள்ள எல்லா எலும்புகளையும் பாதிக்கலாம். தலையின் எலும்புகளை வியாதி பாதித்து விட்டால், அவைகளுக்கு இயற்கையாக உள்ள உறுதி குலைந்துவிடுகின்றன. நோயுற்ற எலும்புகள் மெழுகைப்போல் நெகிழ்ந்துகொள்ளத் துவங்குகின்றன. இதனுல் தலைக்கு இயற்கையாக உள்ள உருண்டை வடிவம் கெட்டு, பின் மண்டை தட்டையாகவும், நெற்றி முன்னுக்கு முந்திரிக் கொட்டையைப்போல் நீண்டும், தலை உருவம் விகாரமாக மாறிவிடுகின்றது.

தலை எலும்புகளைப் பாதிப்பதுபோல், இந்நோய் கை, கால் முதலிய உறுப்புகளில் உள்ள எலும்புகளையும் பாதிக்கலாம். முட்டி வீக்கம், எலும்பில் கட்டி முதலியவைகள் அதனுல் ஏற்படுகின்றன.

பிறவி மேக நோய் குழந்தைகளின் பற்களையும் சில சமயம் விட்டு வைப்பதில்லை. குழந்தையின் பால்பற்களை இந்நோய் அணுகுவதில்லை. பால் பற்கள் உதிர்ந்து நிரந்

தரமான பற்கள் முளைக்க ஆரம்பித்ததும் நோய், அப் பற்களை பீடித்துக் கொண்டு விடுகின்றது. நோயினால் பற்களின் உறுதி குறைந்து போவதினால், வெட்டுப் பற்களின் ஓரம் உடைந்துவிடுகின்றது. இரண்டு பற்களுக்கும் உள்ள இடைவெளி அதிகரித்து பற்களின் வரிசை கெட்டு, பார்க்க விகாரமாகி விடுகின்றது.

இதர அறிகுறிகள் :—பிறவி மேக நோய் கல்லீரல், மண்ணீரல், மூத்திரக் கோளங்கள், மூளை, கண், காது முதலிய பல உறுப்புகளையும் பாதிக்கலாம். இதனால் குழந்தைகளுக்கு ஈரல் குலைக்கட்டி, மூத்திரக் கோளாறுகள் ஏற்படுகின்றன. செவிடு, ஊமை, குருடு, மூளைமந்தம் இவைகளுக்கு இந்நோயும் ஒரு காரணம் என்று வைத்தியர்கள் கருதுகின்றனர்.

சிகிச்சை :—குழந்தையின் ஆரோக்கியத்தை மேற்கூறியவாறு பல வழியிலும் சீர்குலைக்கும் இந்தக் கொடிய நோயை முன்கூட்டியே வராது தடுத்து விடுவதுதான் சிறந்த சிகிச்சையாகும்.

ஸிபிலிஸ் நோய் வந்துள்ள பெண்மணி, தாயாகு முன்னே நோயைத் தகுந்த சிகிச்சை முறைகளால் குணப்படுத்திக் கொள்வது நல்லது. மேல்நாட்டில் விஞ்ஞான ஆர்வமுள்ள அநேகர், தங்களுக்கு இந்நோய் ஏற்பட்டு விட்டால், இரத்த பரிசோதனை செய்துகொண்டு நோயைத் தடுக்க வைத்திய முறையால் பூரணமாகக் குணப்படுத்திக் கொண்ட பின்புதான் திருமணம் செய்து கொள்ளுகிறார்கள். மணவாழ்க்கைக்குப் பிறகு இந்நோய் ஏற்பட்டு விட்டதென்று அறிந்தால் தாயாகு முன் நல்ல சிகிச்சைகள் மேற்கொண்டு குணமான பின்பே தாய்மையை ஏற்கின்றனர். இவ்விதமான ஒரு விஞ்ஞான மனப்பான்மை நம் நாட்டு மக்களுக்கும் தேவை. கர்ப்பிணியாக இருக்கும் தாயாருக்கு மேக நோய் ஏற்பட்டுவிட்டால், சிறிதும் காலதாமதமின்றி உடனுக்குடனே தக்க சிகிச்சை மேற்கொண்டால் பிறக்கும் குழந்தையை நோய் அணுகாது தடுத்து விடமுடியும்.

மேக நோய் ஏற்பட்டுள்ள தாயாருக்குப் பிறக்கும் குழந்தைக்கு இந்நோயின் அறிகுறி தோன்றலாம். ஆகையால் நோயின் சின்னங்களை முன்கூட்டியே எதிர்பார்த்துத் தக்க சிகிச்சைகள் செய்யவேண்டும். சந்தேகம் இருந்தால் தக்க பரீட்சை செய்து தெரிந்து கொள்வது நலமாகும். காலங்கடத்தாது உடனுக்குடனே தக்க சிகிச்சைகள் செய்தால் பிறவி மேக நோயையும் குணப்படுத்திவிட முடியும்.

பெனிஸிலின் போன்ற மருந்துகள் கண்டுபிடிக்கப் பட்டதினுல், மேக நோயை சிகிச்சை செய்வது தற்கால வைத்தியர்களுக்கு மிகவும் எளிதாக உள்ளது. ஆர்ஸினிக், பிஸ்மத், பெனிஸிலின், குளோரோமைசிடின் போன்ற மருந்துகளை உபயோகித்துத் தற்கால வைத்தியர்கள் நோயைக் குணப்படுத்துவதில் பூரண வெற்றி கண்டுள்ளார்கள் என்ருல் மிகையே இல்லை.

4. பிறக்கும்பொழுது ஏற்படக் கூடிய நோய்கள்

பல்வேறு காரணங்களால், சில சமயம் குறித்த நேரத்தில் பிரவசம் ஏற்படாது காலதாமதமாகின்றது. நீண்ட நேரம் கருப்பையில் இருக்க நேரிடும் குழந்தைக்கு இதனுல் சில ஆபத்துகள் ஏற்படுகின்றன. இவைகளை நோய்கள் என்று குறிப்பிடுவதைவிட விபத்துகள் என அழைப்பது தான் பொருத்தமாகும்.

மூச்சு முட்டல் :—இதை ஆங்கிலத்தில் 'ஆஸ்பிக்ஸியா' என்று அழைப்பார்கள். தாயின் கருப்பையில் இருக்கயில் குழந்தைக்கு, பிராண வாயு நஞ்சுக்கொடி வழியாக தாயின் இரத்தத்தின் மூலம் கிடைக்கின்றது. கருப்பையினின்று வெளி வந்ததும், மூளையில் உள்ள சுவாசத்தை இயங்குவிக்கும் பகுதி வேலை செய்யத் தொடங்கி விடுகின்றது. குழந்தை வெளிக்காற்றை இழுத்து சுவாசித்துக் கொண்டு கத்தத் துவங்குகிறது. நன்ருகக் கத்தக் கத்த

அதன் சுவாசப்பைகள், வெளியிலுள்ள பிராணவாயுவை உள்ளுக்குள் இழுத்துக்கொண்டு நன்ருக இயங்க ஆரம்பிக்கின்றன. ஆரோக்கியமாக உள்ள குழந்தை பிறந்தவுடன் 'குவா குவா' என்று கத்த ஆரம்பித்து விடும்.

சிலசமயம் பிறந்த குழந்தை அழாது அசைவற்று கிடப்பதுண்டு. இந்த நிலையைத்தான் மூச்சு முட்டல் என அழைக்கிருர்கள். இது இருவகைப்படும்.

(1) மேனி நீலமாகிவிடும் மூச்சுமுட்டல்.

(2) மேனி வெண்மையாகிவிடும் மூச்சுமுட்டல்.

மூச்சு முட்டலுக்கு காரணங்கள் :—(I) தொப்புள் கொடி கழுத்தை இருக்கமாகச் சுற்றிக்கொண்டு விடுவது கொடியில் இயற்கையாகவே முடிச்சுகள் ஏற்பட்டு விடு தல். தொப்புள் கொடி உதய பாகத்திஞல் நசுக்கப்பட்டு விடுதல் போன்றவை ஏற்பட்டால் குழந்தைக்கு மூச்சு முட்டல் ஏற்படும்.

(II) குழந்தை தேவைக்கு மீறிய நேரம் கருப்பை யில் தங்க நேர்ந்தால், கருப்பையிஞல் தலை மிகவும் பல மாக நசுக்கப்பட்டு விடுகின்றது. அதஞல் மூளைக்குள் இருக்கும் இரத்தக் குழல்கள் காயமடைந்து மூளையில் இரத்தப் பிரவாகம் ஏற்பட்டு விடலாம். ஆயுதங்களை உபயோகித்து பிரசவம் நடத்துகையில், ஆயுதத்திஞல் தலை மிகவும் நசுக்கப்பட்டு மூளையினுள் இரத்தப் பிரவா கம் ஏற்படலாம். இவைகளிஞலும் குழந்தைக்கு மூச்சு முட்டல் ஏற்படலாம்.

(III) குழந்தை தாயின் கருப்பையினின்று வரு முன்மே மூச்சுவிட முயற்சித்து, பனிநீரிலுள்ள தண்ணீர் மூக்கு வழியாக சுவாசப் பைக்குள் சென்று விடுவதிஞ லும் மூச்சு முட்டல் ஏற்படக்கூடும்.

நோயின் அறிகுறி :—முதல் வகை மூச்சு முட்டலில், குழந்தையின் மேனி நீலமாக கறுத்துக் காணப்படும் உடம்புச் சதையைத் தொட்டால் கைக்கு விண் என்று இருக்கும். தொப்புள் கொடி கனமாகப் பருத்துக் காணப்படும். இருதயம் நன்ருக அடித்துக் கொண்

இருக்கும். குழந்தை அழாது அசைவற்றுக் கிடந்தாலும் உற்றுப் பார்த்தால் சில விநாடிக்கொரு தடவை திடீரென்று விம்முவது போல் ஒரு முறை சுவாசிக்க முயற்சிப்பதைக் காணலாம். இரண்டாவது வகை மூச்சு முட்டலில் குழந்தை அழாது அசைவற்றுக் கிடக்கும். மேனி மிகவும் வெளுத்து சாம்பர் பூசினுல்போல் காணப்படும். சர்மத்தை தொட்டால், நைந்த துணி போன்ற உணர்ச்சி உண்டாகும். இதயமும், நாடியும் மிகவும் பலஹீனமாக துடித்துக் கொண்டிருக்கும். சுவாசிப்பதற்கு எவ்வித முயற்சியும் செய்யாது குழந்தை அசையாது கிடக்கும்.

சிகிச்சை :—மூச்சுமுட்டல் என்பது ஏற்படாது முன் கூட்டியே தடுப்பதுதான் தகுந்த சிகிச்சையாகும். கஷ்டமான பிரசவங்களில் உதவி செய்யும் தாதியும், வைத்தியரும், குழந்தைக்கு மூச்சு முட்டல் ஏற்படக்கூடும் என எதிர்பார்த்து அதைத் தடுக்க உபாயங்களைக் கையாள்வதுதான் சாலச்சிறந்தது. நீண்ட நேரம் தாமதமாகும் பிரசவங்களிலும், ஆயுதம் உபயோகித்து பிரசவம் நடத்தும்போதும், வைத்தியர் கீழ்க்கண்ட சாதனங்களை தயாராக வைத்துக்கொண்டுதான் பிரசவத்தில் உதவி செய்ய ஈடுபடுகிறுர்.

(1) அகன்ற பெரிய பீங்கான் கிண்ணத்தில் இளஞ்சூடான தண்ணீர்.

(2) வாய் துடைக்க சுத்தமான துணி (காஸ் எனும் துணி) சிறந்தது.

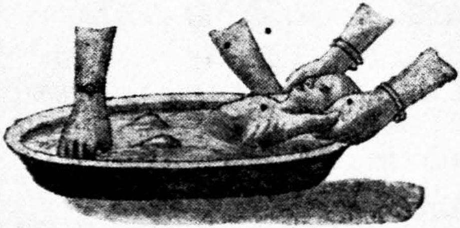
(3) நெஞ்சிலிருந்து சளியை உறிஞ்சி எடுக்க ரப்பர் குழாய் ஒன்று.

(4) ஊசியும், கோராமின், லொபீலின் போன்ற மருந்துகளும். அதை ஏற்ற ஊசி.

(5) கரியமில வாயுவும், பிராண வாயுவும் அளவுடன் கலந்து உள்ளே அடைக்கப்பட்டுள்ள இரும்பு குழாய். பிரசவம் கஷ்டமாகி, நீண்ட நேரம் சென்றதினுல், கருப்பையில் குழந்தையின் நாடி பலஹீன

மடைந்து வருகின்றது என்பதைப் பரிசோதித்துக் கண்டவுடன், அதிக தாமதம் செய்யாது, ஆயுதத்தை உபயோகித்தோ, அல்லது குழந்தையின் தலையைத் திருப்பி, காலை வெளியே கொண்டு வருவது போன்ற முறைகளாலோ சட்டென வைத்தியர் குழந்தையை வெளியே எடுத்து விடவேண்டும்.

குழந்தை அழாது நீல நிறமாகி அசைவற்றுக் கிடந்தால் தாமதம் செய்யாது, சுத்தமான துணியினால் வாய் மூக்கு இவைகளில் உள்ள சளியை எடுத்துவிட்டு, தொப்புள்கொடியை இறுக்கிக் கட்டி தாயினின்று குழந்தையைப் பிரித்து, இளஞ்சூடான தண்ணீர் வைத்



துள்ள அகன்ற பீங்கான் கிண்ணத்தில் கால்கள், வயிறு மட்டும் நீரில் அமுங்கும் படியும், தலையும், மார்பும் நீர் மட்டத்திற்கு வெளியே இருக்கும்படியும் போட்டு, செயற்கையாக சுவாசிக்க உதவி செய்தல் வேண்டும். இம்முயற்சியிலும் குழந்தை சுவாசிக்காதிருந்தால், லொபீலின், கோராமின் போன்ற சுவாசத்தை தூண்டுவிக்கும் மருந்துகளைத் தொப்புள் கொடியில் உள்ள நாளத்திலோ அல்லது தொடையிலோ

ஊசியினால் ஏற்றவேண்டும். அநேகமாக செயற்கை சுவாச முயற்சிகளாலும் **(Artificial Respiration)** ஊசி மருந்தின் வேகத்தினாலும் குழந்தை சுவாசிக்கத்

தொடங்கி அழ ஆரம்பிக்கும். ஈரம் சிறிதும் இன்றி குழந்தையை நன்ருகத் துடைத்து, அடக்கமாக கம்பளியிஞல் போர்த்தி அதிக தொந்தரவு செய்யாது ஓய்வாக இருக்க, தொட்டிலில் விட்டுவிட வேண்டும். அதன் பிறகு குழந்தை நன்ருக சுவாசிக்கிறதா என அடிக்கடி கவனித்துக்கொண்டிருந்தால் போதும். மூச்சு முட்டல் மிகவும் தீவிரமாக ஏற்பட்டிருந்தால் மேற்கூறிய சிகிச்சைகள் செய்த பின்பு, கரியமிலவாயு, பிராணவாயு அடைத்த இரும்பு குழலிலிருந்து காற்றைச் சிறு ரப்பர் குழாய் மூலம் குழந்தையின் மூக்கினுள் செலுத்த வேண்டியிருக்கும். சுவாசக்குழலில் சளி அதிகம் தங்கியிருப்பதை அறிந்தால், சிறுரப்பர் குழாயை குழந்தையின் வாயில் தொண்டைவரை நுழைத்து, வைத்தியர் மறு நுனியை தம் வாயில் வைத்துக் காற்றை உறிஞ்சுவார். மூச்சுக்குழலில் தேங்கி யிருக்கும் சளி ரப்பர் குழல் வழியே வெளியே வந்து விடும்.

இவ்வாறு சிகிச்சை செய்த பின்பு, சுவாசிக்கத் தொடங்கிய குழந்தையை, அதிகம் கைகளில் தூக்கி அலட்டக் கூடாது. வைத்தியர் உதவியின்றி ஆகாரம் அதிகம் புகட்டக் கூடாது.

இரண்டாவது வகையான மூச்சு முட்டலில் குழந்தை அநேகமாகப் பிழைப்பதில்லை. பிழைத்தாலும் மூளையில் இரத்த பிரவாகம் ஏற்பட்டு, அந்தப் பாகம் நலிந்து விட்டதிஞல் வளர்ந்து பெரியவஞன பின்பு வலிப்பு, பாரிசவாதம் போன்ற சில தொந்தரவுகள் ஏற்படலாம்.

சில சமயங்களில் அபூர்வமாக மூச்சு முட்டல், மறு படியும் இரண்டாவது முறையாக திரும்பவும் வருவது உண்டு. கஷ்டப் பிரசவத்தில் மூச்சுமுட்டலுக்கு உட்பட்ட குழந்தையை வைத்திய உதவியிஞல் சுவாசிக்க செய்து விட்டாலும் இரண்டு மூன்று நாட்கள் மிகவும் ஜாக்கிரதையாகப் பின்னும் ஏதேனும் தொந்தரவு ஏற்படுகிறதா என்று தாயார் அல்லது மற்றவர் கவனித்துக் கொண்டிருக்க வேண்டும்.

மூளையில் இரத்தப் பிரவாகத்திஞல் ஏற்பட்ட மூச்சு முட்டலிஞல் பிழைத்த குழந்தையை கையால் தூக்கவே

கூடாது. தொட்டிலில், தலையணை ஒன்றை வைத்து தலையை உயர்த்தி, கால்களைத் தாழ்த்திப் படுக்கவைத்து, அவ்வப்போது தேவையான ஆகாரத்தை கொஞ்சம் கொஞ்சமாக அளித்து மிக்க ஜாக்கிரதையுடன் பாது காக்க வேண்டும். கஷ்டப் பிரசவத்திற்குள்ளான குழந்தையை தாயிடம் கொடுத்துப் பால் கொடுக்கச் சொல்வதைவிட, தாயின் பாலைப் பீய்ச்சி எடுத்து, தேக் கரண்டியினால், புகட்டுவதுதான் சிறந்த முறை. குழந்தைக்கு, இனி அபாயம் இல்லை என்று தெரிந்த பின்புதான் தாய்ப்பாலை குழந்தை தானே சுவைத்துக் குடிக்க பழக்கிவிடத் துவங்க வேண்டும்.

தலையில் வீக்கம்:—குறை மாதத்தில் பிறந்த குழந்தையாகவோ, அல்லது தாயின் வயிற்றின்மேல் ஆபரேஷன் செய்து எடுத்த குழந்தையாகவோ இருந் தால் தவிர பிறந்த குழந்தையின் தலை உருண்டையான வடிவத்தில் இருக்காது. பிரசவ பாகத்தின் வழியே வெளியேற்றப் படும்பொழுது, வெளிவரும் வழிக்குத் தக்க வண்ணம் உருண்டையான தலை நெகிழ்ந்து கொடுப்பதால் தலையின் உருண்டை வடிவம் மாறி கொஞ்சம் நீண்டு கோபுரத்தைப்போல் தோற்றமளிக்கும். தலை உச்சியைத் தொட்டுப் பார்த்தால் மிருதுவான தொரு வீக்கம் தென்படும். இந்த வீக்கத்திற்கு '**காபுட்**' என்று ஆங்கிலத்தில் கூறுவார்கள். பிரசவ பாகத்தில் மோதுண்டதினால் தலையில் ஏற்பட்ட இவ்வீக்கம் இயற்கையானது. தனியான சிகிச்சை ஏதும் இதற்குத் தேவையில்லை. சில நாட்களில் தானே மறைந்துவிடும். நாலைந்து தினங்களில் தலை தனது உருண்டை வடி வத்தை மெல்ல அடைந்து வருவதைக் காணலாம்.

ஆனால், சிகிச்சை நாட்களில், கஷ்டப் பிரசவத்திற்கு உள்ளான குழந்தையின் தலைமீது ஒரு பெரும் வீக்கம் காணப்படுவதுண்டு. இதை 'கிபால்ஹிமேடாமா' என்று ஆங்கிலத்தில் அழைப்பார்கள். எலும்பின் மீது போர்த்தி யிருக்கும் மெல்லிய தோலின் அடியே உள்ள இரத்தக் குழல்கள் அறுந்து இரத்தம் தேங்கிக் கொள்வதால் இத்தகைய வீக்கம் ஏற்படுகின்றது.

ஆயுதப் பிரசவத்தின் போதும், நீண்ட நேரம் கருப்பையிலே தங்கி நேர்ந்த கஷ்டப் பிரசவங்களின் போதும், சில சமயம் அபூர்வமாக சுகப் பிரசவத்திலும்,

குழந்தையிடம் இவ்வீக்கம் காணப்படலாம். சில சமயம் இந்த வீக்கம், தலை உச்சியில் இரண்டு கொம்பு களைப்போல், இரண்டு சிறு வீக்கங்களாகத் தனித் தனியே காணப்படுவதும் உண்டு.

காபுட் என்பதைப் போல், இந்த வீக்கம் குழந்தை பிறந்த உடனே காணப்படுவதில்லை. சில மணி அல்லது ஒருநாள் முழுதும் சென்ற பின் மெதுவாக தலையில் சிறு வீக்கமாக எழும்ப ஆரம்பமாகிறது. இரண்டு மூன்று நாட்களில் எலுமிச்சம்பழம் அளவுக்கு உப்பி விடுகின் றது. வீக்கத்தை தொட்டால் மிகவும் மிருதுவாக இருக்கும். இதனால் குழந்தைக்கு வேதனை ஒன்றும் ஏற்படுவதில்லை.

சிகிச்சை:—இந்த வீக்கம், அநேகமாக தானே மெல்ல கரைந்து மறைந்து விடும். வீக்கம் மறைய சுமார் நான்கு வாரங்கள் செல்லலாம். சில சமயம் வீக்கம் மறைய மூன்றுமாத காலத்திற்குமேல் ஆவ துண்டு. பல நாட்கள் ஆகியும் வீக்கம் கரையாது இருப்ப தைக் கண்டு தாயார் கவலை கொள்வது இயல்பே. மிகவும் அபூர்வமாக சில சமயங்களில் வீக்கம் சில மாதங்கள் ஆகியும் மறையாதிருப்பதைக் கண்டு வைத்தியர், தலை சர்மத்தைக் கிழித்து உள்ளே தேங்கி யிருக்கும் இரத்தக் கட்டியை வெளிப்படுத்துவது முண்டு. ஆனால் இம்

முறை அவ்வளவு சிறந்ததல்ல. சில நாட்கள் பொறுமையாக தாயார் இருந்தால், தானே மெல்ல இந்த வீக்கம் எவ்வித சிகிச்சையு மின்றி மறைந்துவிடும்.

எலும்புகள் முறிவு :—கஷ்டப் பிரசவத்தின் பொழுது, குழந்தையின் கை, கால், தாடை முதலிய எலும்புகள் முறிந்து விடுவதுண்டு. இவற்றை வைத்தியர் உதவியால் சிகிச்சை செய்ய வேண்டும் என்று சொல்லத் தேவை யில்லை.

மூளையில் இரத்தப் பிரவாகம் :—(மூச்சு முட்டலின் கீழ் விவரிக்கப்பட்டிருக்கின்றது.) கஷ்டப் பிரசவத்தினுல் நசுக்குண்ட தலையில் மூளையினுள் இருக்கும் சிறு இரத்தக் குழல்கள் கிழிந்து விடுவதினுல் இரத்தப் பிரவாகம் ஏற்பட்டுவிடும். இவ்விபத்துக்குள்ளான குழந்தை பிறக்கும்பொழுதே, மூச்சு முட்டலுடன் பிறக்கலாம். சிலசமயம் இவ்வாறு விபத்துக்குள்ளான குழந்தை பிறக்கையிலே பார்வைக்கு சாதாரணமாக ஆரோக்கியமாகக் காணப்படும். பிறந்த மூன்ருவது நாள் திடீரென்று விபத்தின் அறிகுறிகள் குழந்தையிடம் தோன்றத் துவங்கிவிடும்.

இரத்தப் பிரவாகத்தின் அறிகுறி:—நன்ருக இருந்த குழந்தை திடீரென்று மூன்ருவது நாள் அதிகம் அழும். உணவை ஏற்க மறுக்கும். சில சமயம் வாந்தியும் குமட்டலும் அதிகமாக இருக்கும். கை கால்களின் மீதுள்ள தசைகள் துடிக்கத் துவங்கும். அத்துடன் மூச்சுத் தேக்கமும், வலிப்பும் ஏற்பட்டுவிடும். குழந்தை இந்நிலையை அடைந்ததும் உணர்வை இழந்துவிடும். இதற்குப் பின் சிலமணி நேரங்களில் மரணம் ஏற்பட்டுவிடலாம். அநேகமாக குழந்தை பிழைப்பதில்லை. பிழைத்தாலும் வலிப்பு, மூளைமந்தம், பாரிசவாயு போன்ற பல கோளாறுகள் பிற்காலத்தில் அதற்கு ஏற்படக்கூடும்.

நரம்புகளில் காயம் :—கஷ்டப் பிரசவத்தினுல் குழந்தையின் உடலில் உள்ள நரம்புகளும் காயமடைந்து விடுவதுண்டு. 'பார்செப்ஸ்' ஆயுதத்தினுல் அதிகம் அழுத்தப் பட்டால் முகத்தில் உள்ள நரம்புகள் காயமடைந்து, அதனுல் முகத்தில் ஒருபக்கத்து தசைக்

50623 L9C 31 J52

குப் பாரிசம் கண்டு வாய் இழுத்துக் கொண்டு கோண லாகி விடுவதுண்டு. இதேபோல் கையில் உள்ள நரம்பும் காயமடைந்து விடலாம். இவ்விபத்திற்குள்ளான குழந்தையால் அந்தக் கையைத் தூக்கவே முடியாது.

சிகிச்சை :—நரம்பிற்கு ஏற்படும் காயத்திஞல், உண் டாகும் கோளாறுகள் சில நாட்களில் தானே மெது வாகக் குணமாகி விடுகின்றது. ஆகவே பிரத்தியேக மான சிகிச்சைகள் ஏதும் தேவையில்லே. சில சமயங் களில் இவைகள் குணமாகாது தாமதமாவதும் உண்டு. குணமாவதைப் பற்றி சந்தேகம் ஏதேனும் ஏற்பட்டால் தக்க வைத்தியரிடம் காட்டிச் சிகிச்சை செய்து கொள்வதுதான் தகுந்த முறையாகும்.

பிறந்த குழந்தையிடம் காணப்படும் சில கோளாறுகள்

(1) ஆசனவாய் அடைத்துக் கிடத்தல்.

(2) மூத்திரத் துவாரத்தில் சதை மூடி யிருத்தல்.

(3) பிளந்த உதடு.

1. ஆசனவாய் அடைத்துக் கிடத்தல்:— குழந்தை பிறந்து பலமணிநேரம் சென்றும் மலங் கழிக்கா திருந்தால் ஏதோ கோளாறு ஏற்பட்டுள்ளது என்பதை தாயார் அறிந்து கொள்ளவேண்டும். ஆசனவாயை மெல் லிய ஒரு தோல் அடைத்துக்கொண்டிருந்தால் குழந்தை மலம் கழிக்க மாட்டாது. இந்தத் தோலே வைத்தியர் கீறிவிட்டு, ஆசனவாயைப் பெரிதாக்கிய பிறகுதான் மலம் கழிக்கத் துவங்கும். சில சமயம், கருவளர்ச்சி யிலே ஏற்பட்ட கோளாறிஞல், குடலின் முடிவிலே மலங்கழிக்க துவாரமே ஏற்பட்டிருக்காது. பிறவியிலே ஒரு தவறு நேர்ந்திருக்கவும் கூடும். இத்தகைய கோளாறுகளை சரியான ரண சிகிச்சையின் மூலம்தான் சரிப்படுத்த முடியும். ஆகவே பிறந்த குழந்தை வெகு நேரமாகியும் மலம் கழிக்காதிருந்தால் வைத்தியரிடம் காட்டித் தக்க சிகிச்சை பெறுவது தான் சரியான முறை யாகும்.

2. மூத்திரத்துவாரத்தில் சதை மூடியிருத்தல்:— இந்தத் தொந்திரவு ஆண் குழந்தைக்கு மட்டுமேதான்

ஏற்படுகின்றது. ஆண் உறுப்பின் மீது போர்த்தியுள்ள தோல், தேவைக்கு மீறி நீண்டு இருந்தால் அந்த நீண்ட பாகம் மூத்திரத் துவாரத்தை மூடிக் கொண்டுவிடும். இதனுல் குழந்தை தாராளமாக மூத்திரம் கழிக்க இயலாது, மிகவும் சிரமப்பட்டு முக்கித்தான் மூத்திரத்தை வெளிப்படுத்த வேண்டியிருக்கும். அதிகம் முக்குவதினுல், வயிற்றின் மீதுள்ள தசைகள் நாளடைவில் பலஹீன மடைந்துவிடும். இதனுல் குழந்தை பெரியவனுன பின்பு 'ஹெர்னியா' எனப்படும் குடல் இறக்கம் போன்ற தொந்தரவுகள் ஏற்படலாம். ஆகவே குழந்தைப் பருவத்திலேயே இதை ரண சிகிச்சையினுல் சரிப்படுத்துவதுதான் நலமாகும். மூத்திரத் துவாரத்தை நீண்டு மூறைத்திருக்கும் சதையைக் கத்தரித்து வைத்தியர் தைத்துவிடுவார். இத்தகைய ரண சிகிச்சையை 'சர்க்கம்சிஷன்' (**Cicumcision**) என்று அழைப்பார்கள். அதற்குப் பின் குழந்தை தாராளமாக மூத்திரம் கழிக்க இயலும்.

பிளந்த உதடு :—பாரம்பரியமாக வரும் கோளாறுகளில் இதுவும் ஒன்று. கருப்பையில் கரு வளரும்பொழுது வாய் என்ற உறுப்பினை அமைக்கக்கூடிய உடல் அணுக்கள் நன்ருக வளர்ந்து ஒன்று சேராததினுல் குழந்தை பிறக்கையில் பிறவிக் கோளாறுடன் பிறக்கிறது. இவ்வாறு பிறக்கும் குழந்தையின் மேல் உதடு, இரண்டாகப் பிளந்து கொண்டு பார்வைக்கு முயல் குட்டியின் உதட்டைப்போல் காணப்படும். அதனுல் இதை 'ஹேர் லிப்ஸ்' என்று அழைக்கிருர்கள். இந்தப் பிளவு ஒன்ருகவும் இருக்கலாம்; இரண்டாகவும் இருபக்கமும் இருக்கலாம். உதட்டைப்போல் வாயின் மேல்பாகம் பிளந்து கொண்டும் இருக்கலாம். இதை 'கிளப்ட் பாலட்' என்பார்கள்.

இந்தக் குழந்தையால் ஆகாரத்தை நன்ருக சாப்பிட இயலாது. தாயின் மார்புக் காம்புகளை நன்ருகச் சுவைத்து உண்ண முடியாததினுல், இக்குழந்தைகளை செயற்கை முறைகளால் தான் போஷிக்க வேண்டியிருக்கும். குழந்தை பெரியவனுன பின்பு, முகத்தின் அழகைப் பாதிப்பதுடன் பிளந்த உதடு என்னும் கோளாறு அவனது பேச்சின் உச்

சரிப்பையும் பாழாக்கி விடுகின்றது. ஆகவே தக்க சிகிச்சையினுல் உடனே இதை நிவர்த்தி செய்வதுதான் சாலச் சிறந்ததாகும்.

சிகிச்சை :—ரண சிகிச்சை ஒன்றினுல்தான் இந்தக் கோளாறை நிவர்த்தி செய்ய முடியும். ஆருவது மாதத்திலிருந்து இரண்டாவது வயதிற்குள் ரண சிகிச்சை செய்வதுதான் உத்தமம் என வைத்தியர்கள் எண்ணுகிருர்கள்.

5. பிறந்த பின்பு வரும் நோய்கள்

குழந்தை பிறந்த பின்பு ஏற்படக்கூடிய அநேக நோய்களில், பிரசவ அறையிலே இருக்கையில் சில குறிப்பிட்ட நோய்கள் ஏற்படுகின்றன. இவைகளே (**Neo Natal diseases**) அதாவது பிறந்த குழந்தைக்கு வரும் நோய்கள் என அழைக்கிருர்கள். இவைகளைப்பற்றி முதலில் கவனிப்போம்.

பிறந்த குழந்தைக்கு உடனே வரக்கூடிய நோய்கள்

கண்வலி :—தாயின் பிரசவ பாகத்தின் வழியாக குழந்தை வரும்பொழுது அந்தப் பாகம், வெட்டை நோயால் பீடிக்கப்பட்டிருந்தால் பிறந்தவுடன் குழந்தைக்கு கண்வலி எற்படுகின்றது. இதை 'ஆப்தால்மியா நியோ நேடோரம்' என்று வைத்தியர்கள் அழைப்பார்கள். இதைத் தவிர வேறு சில விஷக்கிருமிகளாலும் குழந்தைக்குக் கண்வலி ஏற்படக்கூடும்.

வியாதியின் அறிகுறிகள்:—குழந்தை பிறந்த இருபத்துநான்கு மணி நேரம் கழித்து இமைகள் தடித்து வீங்கிவிடுகின்றன. கண்ணிலிருந்து (பீளை) புளிச்சை வழிய ஆரம்பிக்கின்றது. இமைகள் ஒன்ருேடு ஒன்று ஒட்டிக்கொள்கின்றன. இரண்டு நாட்கள் கவனிக்காவிட்டால் கண்ணில் சீழ் கோர்த்துக் கொண்டு குழந்தையின் பார்வைக்கே ஆபத்து வந்துவிடுகிறது. முதலில் இந்நோய்

ஒரு கண்ணில்தான் ஆரம்பிக்கும். பிறகு மற்றொரு கண்ணுக்கும் பரவிவிடும்.

சிகிச்சை :—இந்நோய் ஏற்படாது தடுப்பதுதான் தகுந்த சிகிச்சை. குழந்தை பிறந்த உடனே கண்களை நீரில் நனைத்துச் சுத்தமான பஞ்சினால் நன்றாகத் துடைக்க வேண்டும். பிறகு ஒரு பர்சண்ட் 'சில்வர் நைட்டிரேட்' திரவத்தை கண்களில் ஒரு சொட்டு விடவேண்டும். இவ்வாறு செய்தால் இந்தக் கண்வலியை முன்கூட்டியே வராது தடுத்துவிடலாம். நோய் ஏற்பட்டவுடன் சிறிதும் காலதாமதம் இன்றி உடனே சிகிச்சை செய்துவிட வேண்டும். இமைகள் வீங்கி சிவந்து காணப்பட்டாலும், கண்களில் பீளை தேங்கி குழந்தை கண்களை திறக்க முடியாது கஷ்டப்பட்டாலும், ஒரு டம்ளர் கைபொறுக்கும் அரை சூடான வெந்நீரில் ஒரு தேக்கரண்டி அளவு போரிக் பவுடரைப் போட்டு, சுத்தமான பஞ்சை அதில் நனைத்து கண்களுக்கு ஒத்தடம் கொடுக்க வேண்டும். பிறகு, கண்வலிக்கு என விற்கப்படும் 'சிபோசால்' களிம்பு, 'அரோமைசின்' களிம்பு போன்ற மருந்துகளில் ஒன்றை கண் இமைக்கு மைதடவுவதுபோல் தடவலாம். பெனிஸிலின் சொட்டுச் சொட்டாக கண்களில் விடலாம். இமையில் அதிக வீக்கமும், கண்கள் மிகவும் சிவந்தும் காணப்பட்டால், வைத்தியரிடம் காட்டி சிகிச்சை செய்துகொள்வதே நலம். இந்நோய் வந்துள்ள குழந்தைகளின் கண்களைத் துடைத்து விட்டு தாயார் அதே கையினால் தன் கண்களையும் மறந்தும் கசக்கிக்கொண்டு விடக்கூடாது. இது ஒருவரிடமிருந்து மற்றவருக்கு தொத்திக் கொள்ளும் நோய். ஆகவே தாயார் குழந்தைக்கு சிகிச்சை செய்த பின்பு தன் கரங்களை டெட்டால் போன்ற மருந்து நீரில் நன்றாகக் கழுவிக் கொள்ளவேண்டும்.

மஞ்சள் காமாலை:—குழந்தை பிறந்த மூன்றாவது அல்லது நான்காவது நாளில் குழந்தையின்மீது லேசாக ஒரு வித மஞ்சள் நிறம் பரவியிருப்பதைக் காணலாம். இது பயப்படத்தக்க நோய் அல்ல. ஏனெனில் தேவைக்கு அதிகமாக குழந்தையின் இரத்தத்தில் காணப்படும் சிகப்பு அணுக்களை இயற்கை கொன்று விடுகின்றது. அதன் காரணமாகப் பித்த அணுக்கள் அதிகமாகி குழந்தையின்

மேலே லேசான மஞ்சள் நிறத்தை அடைகிறது. இந்தப் போலி மஞ்சள் காமாலை நாலைந்து நாட்களில் தானே மறைந்துவிடும்.

ஆனால், உண்மையான மஞ்சள்காமாலை நோய் சில சமயம் குழ்ந்தைகளுக்கு வருவதும் உண்டு. ஜீரணக் கோளாறு காரணமாக பித்தக்குழல்கள் வீங்கி, பித்தநீர் ஓட்டத்தில் தடை ஏற்படுவதினால் காமாலை நோய் ஏற்படும்.

நோயின் அறிகுறி :—உடல் முழுவதும் லேசான மஞ்சள் நிறம் காணப்படும். கண்களும் மஞ்சள் நிறமாகி விட்டிருக்கும். மூத்திரம் மஞ்சளாக வெளிப்படும். கழிக்கும் மலம் களிமண்போல் மிகவும் வெளுத்துக் காணும். இத்துடன் ஓரளவுக்கு லேசான காய்ச்சலும் வீசலாம்.

சிகிச்சை :—லேசான காமாலை நோயை மிகவும் எளிதில் குணப்படுத்தி விடலாம். ஒரு தேக்கரண்டி அளவு விளக்கெண்ணெய் பேதிக்கு கொடுத்தால், நோய் குணமாகிவிடுவதைக் கவனிக்கலாம். நோய் மிகவும் தீவிரமாக ஏற்பட்டிருந்தால் வைத்தியரிடம் காட்டி சிகிச்சை செய்வதே நலம்.

ஆகாரம் :—காமாலை நோயுற்ற குழந்தைக்கு, குளூகோஸ் சர்க்கரையிட்ட தண்ணீர் சாப்பிடப் புகட்டுவது நலமாகும். தாய்ப் பாலைப் பீய்ச்சி அதில் சம அளவு நீர் கலந்து புகட்டுவதும் நலம்.

கையாளும் முறை:—குழந்தையை கையில் எடுத்து அலட்டாது அதிக ஓய்வாகப் படுக்க வைத்திருப்பது நலம். காமாலை மறையும் வரை குளிப்பாட்டக் கூடாது.

விஷ ஜன்னி:—சில குழந்தைக்கு வெகு அபூர்வமாக விஷ ஜன்னி என்று சொல்லப்படும் "டெட்டனஸ்" வியாதி வருவது உண்டு. தொப்புள் கொடியை நறுக்கும் பொழுது சுத்தமான கத்தரிக்கோல், மருந்து இவைகளை உபயோகிக்காததினால் இந்நோய் ஏற்படக்கூடும்.

நோயின் அறிகுறிகள்;—குழந்தை பிறந்த நாலைந்து தினங்களுக்குப் பிறகு, திடீரென்று வாயைத் திறக்கமுடி

யாது இருக்கமாக மூடிக்கொண்டு விடும். தாடை கழுத்து, மார்பு, வயிறு இவைகளின் மீது காணப்படும் தசைகள் மரப்பலகை போன்று கடினமாக விறைத்துக் கொண்டுவிடும். குழைந்தையினல் ஆகாரத்தை விழுங்க முடியாது. இவ்வாருன நிலையில் சில விநாடிகள் இழுத்து விட்டு தசைகள்மீண்டும் தமது பழைய தளர்ந்த நிலையை அடையும். ஒவ்வொரு முறையும் தசைகள் இழுத்து விறைத்துக்கொள்ளும் பொழுது குழந்தைக்குப் பொறுக்க முடியாத வேதனை ஏற்படும். சில சமயம் குழந்தை வாய்விட்டுக்கூட அழ முடிவதில்லை. அதற்குப் பதில் பரிதாபமாக முனகுவதைக் கவனிக்கலாம்.

சிகிச்சை:—இந்நோய் மிகவும் அபாயகரமானது. தாயே வைத்தியம் செய்ய இயலாது. ஆகையால் வைத்தியரிடம் காட்டி காலதாம மின்றி 'டெட்டனஸ்' விஷத்தை முறிக்கவல்ல **"Anti Tetanus Serum"** என்னும் மருந்தை ஊசி மூலம் ஏற்றி சிகிச்சை செய்விக்க வேண்டும். பிரசவத்தை மிகவும் பரிசுத்தமான நிலையில் நடத்திஞல் இந்நோய் வராது தடுத்துவிடலாம்.

ஆகாரம்:—இந்நோய் உள்ள குழந்தைக்கு ஆகாரம் மிகவும் ஜாக்கிரதையாகத்தான் அளிக்க வேண்டும். தசைகளுக்கு அதிக சக்தி கொடுக்கும் நிமித்தம், குளுகோஸ் சர்க்கரை அல்லது நீரை அப்போதைக்கப்போது மிதமாக தேக்கரண்டி மூலம் மெல்லப் புகட்டலாம்.

கையாளும் முறை:—குழந்தையை அதிகம் கையால் தூக்கி எடுக்காது படுக்கையிலே விட்டிருக்க வேண்டும். நோயுற்ற குழந்தையருகில் சப்தமும், வெளிச்சமும் கூடாது. இவைகள், நோயை அதிகரிக்கும். இந்நோய் உள்ள குழந்தையை தூக்கிஞல் நோய் தாய்க்கு ஒட்டிக் கொள்ளாது. எனினும், பணிவிடைகள் செய்யும் தாய் அப்போதைக் கப்போது தன் கரங்களை டெட்டால் நீரில் கழுவுவது நலம்.

மலத்தில் இரத்தம்:—குழந்தை பிறந்த மூன்று அல்லது நான்காவது நாள் மலத்தில் இரத்தம் வெளியே

வரத் துவங்கும். அநேகமாக ஸிபிலிஸ் நோயினல் பாதிக்கப்பட்ட பெற்றோர்களுக்குப் பிறக்கும் குழந்தைகளுக்குத்தான் இது வருகின்றது. சில சமயம் குழந்தை இரத்தமாக வாந்தியும்கூட எடுக்கலாம். மலத்திலும், வாந்தியிலும் அதிக இரத்தம் வெளியேறிவிட்டால் வலிப்பு ஏற்பட்டு ஸ்மரணை தப்பி குழந்தை மரணமடைந்துவிடலாம். மலத்தில் இரத்தம் வெளியாவது மிகவும் அபாயகரமான ஒரு நோயாகும்.

சிகிச்சை :—தாயினிடமிருந்து இரத்தத்தை எடுத்து குழந்தையின் தொடையில் ஊசிமூலம் செலுத்துவது பழைய நாட்களில் கையாளும் ஒரு முறையாகும். இரத்தப்போக்கைத் தடுக்க வைட்டமின் கே, கால்ஷியம் இவைகளை ஊசிமூலம் உள்ளுக்குச் செலுத்தவேண்டும். இரத்தம் அதிகம் வெளியேறி வருவதால், வெளியே இருந்து இரத்தம் அதற்கு ஈடாகப் பாய்ச்ச வேண்டி வரும்.

ஆகாரம் :—தாய்ப் பாலை நிறுத்திவிட்டு, குளுகோஸ் சர்க்கரையிட்ட தண்ணீரை, அரைமணிக்கொருதரம் சிறிதளவுமட்டும் கொடுக்கவேண்டும்.

சர்மத்தில் இரத்தப் பிரவாகம் :—சில சமயம் சர்மத்தின் கீழ் உள்ள சிறு இரத்தக் குழல்கள் வெடித்துக் கொண்டு இரத்தம் கசிந்து வருவதுண்டு. இவைகள் சர்மத்தின்மீது சிவப்பு அம்மைப் புள்ளிகள்போல் உடல் முழுவதிலும் காணப்படும். இரத்தத்திற்கு உறைந்து கொள்ளும் தன்மை குறைவாகஇருந்தால் இவ்வித நிலை ஏற்படலாம். இந்த பலஹீனத் தன்மை, பாரம்பரியமாக குழந்தையிடம் காணப்படும் ஒரு கோளாறு ஆகும். தொப்புள் கொடி வழியே விஷக் கிருமிகள் உள்ளே புகுந்து இரத்தத்தை அசுத்த மாக்கி உட்புகுந்தாலும் இவ்வாறு ஏற்படலாம்.

சிகிச்சை :—இந்நோய் மிகவும் அபாயகரமானது. தக்க சிகிச்சைகள் உடனே காலதாமதமின்றி செய்ய வேண்டியது அவசியம். வைட்டமின் கே, வைட்டமின் சி, கால்ஷியம் போன்ற மருந்துகள் உள்ளுக்குக் கொடுக்க வேண்டும். குழந்தையை மிகவும் ஜாக்கிரதையாக கையாளவேண்டும். தாய்ப்பாலை நீக்கிவிட்டு, குளு

கோஸ் கலந்த நீரை இரண்டு தினங்கள் ஆகாரமாக அளித்தால் போதுமானதாக இருக்கும்.

ஸ்தன வீக்கம்:—பிறந்த சில நாட்கள்வரை குழந்தையின் ஸ்தனங்களிலிருந்து பால் கசிவது வழக்கம். இதற்குக் 'கள்ளப்பால்' என்று பெயர். இதனை மார்பின் இரு புறமும் சிறிது வீங்கியதுபோல் காணப்படும். இதற்கு எவ்வித சிகிச்சையும் தேவையில்லை தானே மறைந்துவிடும். கள்ளப்பால் ஆண் குழந்தைகளிடமும் காணப்படும்.

பழங் காலத்துப் பழக்க வழக்கங்களில் நம்பிக்கை கொண்டுள்ள சில பெண்கள், குழந்தையைக் குளிப்பாட்டுகையில் இந்த கள்ளப்பாலை பீச்சி எடுப்பார்கள் அவ்வாறு செய்வது அனுவசியம்; மேலும் தவறு. பாலை அழுத்திப் பீச்சினுல் முலைக்காம்பு வழியே விஷக்கிருமிகள் ஏதேனும் புகுந்துகொண்டு மார்பில் சீழ் கட்டிகளை உண்டாக்க வழியாகும். ஆகவே கள்ளப்பாலை பீச்சி எடுத்தல் கூடாது.

சிலசமயம் பிறந்த குழந்தையின் ஸ்தனங்களில் கள்ளப்பால் அதிகம் சேர்ந்து, மிகவும் வீங்கிப் போவது உண்டு. இரண்டு முறை வெந்நீர் ஒத்தடம் கொடுத்தால் வீக்கம் தானே வடிந்துவிடும். வீக்கம் குறையாது சீழ் கட்டிக்கொண்டு மிகவும் வலியையும் கொடுத்தால் உடனே வைத்தியரிடம் காட்டிச் சிகிச்சை செய்வதன் மூலம், பெனிஸிலின், ஸல்பானிலமைட் முதலியவைகளால் இதை சுலபமாகக் குணப்படுத்திவிட முடியும்.

தொப்புள் கொடியில் இரத்தப் பிரவாகம்:—தொப்புள் கொடியை நன்ருக இருக்கக் கட்டாவிடில் அதனின்று இரத்தம் கொட்ட ஆரம்பிக்கும். பிறந்த சில மணி நேரங்களில் குழந்தையின் தொப்புளிலிருந்து இரத்தம் கசிந்து துணிக்கட்டின் மீது வெளிப்பட்டால், தொப்புள் கொடி நஞ்சு நன்ருகக் கட்டப்படவில்லை என்று அருத்தம். அதை அவிழ்த்து திரும்பச் சரியாக கட்டாவிடில் குழந்தைக்கு ஆபத்து ஏற்படும்.

இதைத் தவிர பிறந்த ஒருவாரம் கழித்து தொப்புள் கொடியில் சீழ்பிடித்து கழன்று விழுந்துவிடும். விழுந்த

வுடன், ரணமாகியுள்ள தொப்புள் காயத்திலிருந்து இரத்தம் கொட்டக்கூடும். இவ்வாறு வெளிப்படும் இரத்தத்தைச் சுலபமாக தாயார் நிறுத்த முடிவதில்லை.

சிகிச்சை:—தொப்புளில் சீழ்கட்டி விட்டால், அதற்கு 'ஸல்பானிலமைட்' பவுடரை வைத்து அதன் மீது பஞ்சு வைத்து தினசரி கட்டவேண்டும். பெனிஸிலின், சிபோசால், அரோமைசின் போன்ற மருந்துக் களிம்புகளையும் தொப்புள் புண்ணிற்குப் போடலாம். கொடி கழன்ற ரணத்திலிருந்து இரத்தம் அதிகம் கசியத்துவங்கினல் வைத்தியரிடம் தாமதமின்றி எடுத்துப் போகவேண்டும். வைத்தியர் தொப்புளைச் சுற்றி வளையமாக சுருக்குப்பையின் வாயைத் தைப்பதுபோல் போட்டு, இழுத்து முடிச்சுப் போட்டபிறகுதான் இரத்தப் பிரவாகத்தை நிறுத்த இயலும்.

பெண் உறுப்பிலிருந்து இரத்தம் கசிதல்:—குழந்தை பிறந்த மூன்று நான்கு நாட்களுக்குமேல் பெண் உறுப்பினின்று சில சமயம் இரத்தம் கசிவது உண்டு. இது பயப்படத் தக்க ஒரு நோய் அல்ல. தாயின் இரத்தத்திலே ஊறிக்கிடக்கும் 'ஈஸ்ட்டிரின்' எனும் ஹார்மோன் சத்து குழந்தையின் இரத்தத்திலும் அதே அளவில் குறைந்திருப்பதால், இத்தகைய இரத்தக்கசிவு ஏற்படுகின்றது என வைத்தியர்கள் கருதுகிருர்கள். இது தானகவே இரண்டொரு தினங்களில், மறைந்து விடுமாதலினல் தனிப்பட்ட சிகிச்சை ஒன்றும் தேவையில்லை.

6. ஜீரணக் கருவிகளைப்பற்றிய நோய்கள்

வாயில் புண்:—நாக்கு, வாயின் உட்புறமெல்லிய தோல், எகிறு இவைகள் லேசாக வீங்கி ரணமாகி விடுவதுண்டு. இதை (**Stomatitis**) 'ஸ்டோமாடைடிஸ்' என அழைப்பார்கள். ஆகாரத்தில் தேவையான வைட்டமின் சத்துப்பொருள் இல்லாவிடினும், ஜீரணக் கோளாறுகள் ஏற்பட்டிருந்தாலும் வாய் ரணமாகி விடுகின்றது.

நோயின் அறிகுறி :—வாய், உதடு, நாக்கு இவை சிவந்த ரோஜா இதழ்களைப்போல் சிகப்பாக மாறி யிருக்கும். குழந்தையினுல் ஆகாரத்தைச் சுவைத்து சாப்பிட முடியாது. நாக்கைப் புரட்டுகையில் நோவும் எரிச்சலும் ஏற்படுமாகையினுல், குழந்தை பால் சாப்பிட மறுக்கும்.

சிகிச்சை :—குழந்தையின் ஆகாரத்தில் அதிக கவனம் செலுத்த வேண்டும். தினசரி உட்கொள்ள ஒரு தேக்கரண்டி அளவு மீன்எண்ணெய் சாப்பிடக் கொடுக்க வேண்டும். வைட்டமின் 'பி' சத்து நிறைந்த டானிக், அல்லது மாத்திரைகள் சாப்பிடக் கொடுக்க வேண்டும். அத்துடன் தினசரி பழரசம் குடிக்கக் கொடுப்பதும் நல்லது. அதிக எரிச்சல் ஏற்படாதிருக்க புண்ணின்மீது 'கிளிசரின் போராக்ஸ்' எனும் திரவத்தை பஞ்சினுல் தொட்டு வாயின் மீதும் நாக்கின்மீதும் பூசலாம்.

அழுகும் கிரந்தி :—இதுவும் வாயில் ஏற்படக்கூடிய ஒரு வகைப் புண்ணுகும். இதை 'நோமா' என்று ஆங்கிலத்தில் அழைப்பார்கள். இந்நோய் அநேகமாக இரண்டு வயதிலிருந்து ஐந்து வயதிற்குட்பட்ட குழந்தைகளிடம் மட்டுமே தான் அதிகம் காணப்படும். சிறு புண்ணைபோல் ஆரம்பித்து மிகவும் வேகமாக துர்நாற்றத்துடன் வாய் முழுவதும் பரவி விடுவதால் இதை அழுகும் கிரந்தி என அழைப்பார்கள்.

அநேகமாக டைபாய்ட், நிமோனியா போன்ற விஷ ஜுரங்களில் நீண்டநாள் நோயாளியாகப் படுத்திருந்து உடல் நலிந்து ஆரோக்கியம் குன்றிப்போன குழந்தைக்குத்தான் இந்நோய் எளிதில் ஏற்படும்.

நோயின் அறிகுறி :—வாயினின்று பொறுக்க முடியாத துர்நாற்றம் வீசத்துவங்கும். உதட்டின் உட்பாகத்திலாவது எகிறின் மீதாவது சாம்பர் நிறமான சிறு புண் முதலில் காணப்படும். சில மணி நேரங்களில் அதற்கு அருகிலுள்ள கன்னத்துச் சர்மம், லேசாகச் சிவந்து வீங்கி பிறகு கறுத்துவிடும். வாழைப்பழம் அழுகத்துவங்கியதும் தோல் கறுத்து விடுவதைப்போல் கன்னத்து சர்மம் கறுத்து ஓட்டையாகிவிடும். நோய் அத்துடன் நிற்காது. கன்னம்

முகம், நாக்கு, தொண்டைவரை வேகமாகப் பரவ ஆரம்பிக்கும். இத்துடன் நல்ல காய்ச்சல், பொறுக்க முடியாதவலி, பலஹீனம் எல்லாம் சேர்ந்து காணப்படும்.

சிகிச்சை :— இந்நோயை வராது தடுப்பதுதான் சாலச் சிறந்ததாகும். நோயாளியாக உள்ள குழந்தையின் வாயை தினசரி கழுவி சுத்தமாக வைத்திராததிஞல்தான் இந்நோய் ஏற்படுகின்றது. ஆகவே நோயாளிக் குழந்தைக்குப் பணிவிடைசெய்யும் தாய், குழந்தையின் வாயை பரிசுத்தமாக வைத்திருக்க முயற்சி செய்ய வேண்டும். நோய் வந்தவுடன் காலதாமதமின்றி வைத்தியரிடம் காட்டி சிகிச்சை செய்விக்கவேண்டும். புண் மிகவும் சிறியதாக இருக்கையில் பெனிஸிலின், ஸல்பானிலமைட், ஆரோமைஸின் போன்ற மருந்துகளால் குணப்படுத்த இயலும். அதிக அளவு பரவி விட்டால் மின்சாரத்திஞல் அழுகி உள்ள பாகத்தைத் தீய்த்துவிட்டு, நாசமடைந்து போன தசையை சீர்படுத்த பிளாஸ்டிக் ரண சிகிச்சை மேற்கொள்ள வேண்டும்.

துத்திப் புண்:— இதை ஆங்கிலத்தில் 'திரஷ்' என்று அழைப்பார்கள். 'வாய்க்கிரந்தி' என்ற மற்றெரு பெயரும் இதற்கு உண்டு. ஒரு வயதிற்கு உட்பட்ட குழந்தையிடமே, அதாவது பால் சுவைத்துப் பருகும் பருவத்துக் குழந்தையிடமே இந்நோய் அதிகம் காணப்படும். சில சமயம், சற்று வயதான குழந்தையிடமும் காணப்படலாம். வாயிலுள்ள மெல்லிய உட்புறத்தோல், சிறிதேனும் காயமடைந்து விட்டால் அந்தக் காயத்தின் மீது பூஞ்சாகாளான் வகையைச் சேர்ந்த 'ஒடியம் ஆல்பிகன்ஸ்' எனப்படும் கிருமிகள் குடியேறி விடுகின்றன. அவைகளால் இந்நோய்கள் ஏற்படுகின்றது.

நோயின் அறிகுறி :— குழந்தை பால் சாப்பிட மறுக்கும். பாலே விழுங்க முடியாது கஷ்டப்படும். வாயின் உட்புறம் உலர்ந்து காணப்படும். நாக்கு, எகிறு முதலியவற்றின்மீது தயிர் கட்டிகளேப் போன்ற சிறு வெண்ணிறமான பொருள் ஒன்று ஒட்டிக்கொண்டிருக்கும். சட்டென துணியிஞல் அதைத் துடைத்து அப்புறப்படுத்த முடியாது. மிகவும் சிரமப்பட்டுத் துடைத்து எடுத்தால், அந்த இடத்தில் வட்ட வடிவமான சிவந்த புண்கள்

தென்படும். அவைகளினின்று இரத்தம் கசிந்து கொண்டிருக்கும்.

சிகிச்சை :— இந்நோய் ஏற்படுவதற்குக் காரணம் பரிசுத்தக் குறைவேதான். செயற்கைப் போஷணையால் வளர்க்கப்படும் குழந்தைக்குப் பால் கொடுக்குமுன் ஒவ்வொரு தடவையும் பால் புட்டியையும், சுவைக்கும் ரப்பரையும் நன்ருக வெந்நீரில் கொதிக்கவைத்து ஆறவைத்த பின்பு தான் உபயோகிக்க வேண்டும். தாய்ப் பால் குடிக்கும் குழந்தைக்கு, தாயார் பால் கொடுக்கும் பொழுது ஒவ்வொரு முறையும் மார்புக்காம்புகளை நன்ருக வெந்நீரில் சுத்தமாகக் கழுவித் துடைத்துக்கொண்ட பின்பு தான் பால் கொடுப்பது நலம். குழந்தையைக் குளிப்பாட்டுகையில் வாயில் விரலைவிட்டு முரட்டுத்தனமாக கோழையை வெளியே எடுக்க முயற்சித்தல் கூடாது. கனமான துணியால் குழந்தையின் வாயைத் துடைக்கக் கூடாது. இவ்வாறு செய்தால் வாயின் உட்புற மெல்லிய தோல் காயமாகி விடும். அதனுல் திரஷ் நோய் எளிதில் ஏற்பட வழியாகும்.

'திரஷ்' நோய் உள்ள குழந்தைக்கு வாயில் ஏற்பட்டிருக்கும் வெண்ணிறமான பொருளை .மெல்லிய துணியால் மெதுவாக அகற்றி விட்டு, புண்ணின்மீது கிளிசரின் போராக்ஸ் எனும் திரவத்தையோ அல்லது நீரில் கலந்த ஒரு பர்ஸண்ட் ஜென்ஷியன் வயலட் எனும் திரவத்தையோ தடவலாம். இரண்டு மூன்று தினங்களில் இந்நோய் இச் சிகிச்சை முறையால் பூரண குணமடைந்து விடும்.

அஜீரணம் : - குழந்தைக்கு ஏற்படக்கூடிய அஜீரணம் மூன்றுவகைப்படும். (1) இரைப்பை சம்பந்தப்பட்ட அஜீரணம் (2) ஈரல் சம்பந்தப்பட்ட அஜீரணம் (3) குடல் சம்பந்தப்பட்ட அஜீரணம்.

இரைப்பை சம்பந்தப்பட்ட அஜீரணம் என்பதை முதலில் கவனிப்போம். 'வயிறு கெட்டு இருக்கிறது' 'குழந்தைக்குப் பித்தம் ஏற்பட்டிருக்கிறது' என்று பெரியவர்கள் இதைக் குறிப்பிடுவார்கள். இரைப்பைக்கு ஒத்துக் கொள்ளாத மிகவும் சூடான தின்பண்டங்கள், கார

மான ஊறுகாய் வகைகள், பழுக்காத பழங்கள் முதலியன சாப்பிட்டாலும் அல்லது குளிர் நாளில் உடலில் சட்டை போட்டுக் கொள்ளாது வெளியில் குழந்தை ஓடியாடி விளையாடினாலும், இரைப்பையின் உட்புறத்து மெல்லிய தோல் தாங்க முடியாத ரணமாகி விடுகின்றது. அதனால் அஜீரணம் ஏற்பட்டு விடுகின்றது.

நோயின் அறிகுறி:— இந்நோய் அநேகமாக ஓடியாடும் பருவத்துக் குழந்தைகளிடமே அதிகம் காணப்படும். பள்ளிப் பருவத்துக் குழந்தை மாங்காய் ஒன்றை நன்றாக சுவைத்துத் தின்று விட்டு, பிறகு தன் தோழர்களுடன் கொட்டும் மழையைப் பொருட் படுத்தாது விளையாடி விட்டு வீட்டுக்குத் திரும்புகிறான் என்று வைத்துக் கொள்வோம். வீட்டையடைந்தவுடன் திடீரென்று வயிற்றைப் பிடித்துக்கொண்டு நோவுதாளாது உட்கார்ந்து விடுவான். வாந்தியும் ஜுரமும் மும்முரமாக வந்து விடுகின்றன.

வாந்தி, ஜுரம், இந்த இரு அறிகுறிகளையும் கண்டதும் தாய் குழந்தைக்கு, நிமோனியா, இன்புளுயன்ஸா போன்ற தொத்து நோய் ஏதோ வந்து விட்டதாக முதலில் தவறாக எண்ணிக் கொள்ளலாம். வயிற்றுக்கு ஒத்துக் கொள்ளாத மிட்டாய் தின்ற விஷயத்தை மெல்ல மைந்தனிடமிருந்து கிரகித்துக் கொண்ட பின்புதான், இது அஜீரணத்தின் சேஷ்டைகள் எனத் தெரிந்து கொள்கிறாள். வயிற்று நோயும் கூட இருப்பதைக்கண்டு சில சமயம் குடல் அஜீரணமோ என்று வைத்தியர்கூட இதைச் சந்தேகிக்க நேரலாம்.

சிகிச்சை;— வாந்தி எடுக்காது இருந்தால் குழந்தைக்கு வாந்தி ஏற்படும்படி செய்ய வேண்டும். ஒரு தேக் கரண்டி அளவு உப்பை ஒரு டம்ளர் வெந்நீரில் போட்டு சாப்பிடும்படி நிர்ப்பந்திக்க வேண்டும். உப்பு நீரைக் குடித்த சில நிமிஷங்களில் குழந்தை வாந்தி எடுத்து விடுவான். வாந்தியில் ஜீரணிக்காத ஆகாரமும் வெளிப்பட்டு விடும். இதில்லாமல் தானாகவே வாந்தி எடுத்து விட்டால் மிகவும் நல்லது. ஒரு தேக் கரண்டி சோடா உப்பை

எடுத்து ஒருபடி அளவு சூடான வெந்நீரில் கரைத்து அதை ஆற வைத்து, அரைமணிக்கொரு தரம் கால் அவுன்ஸ் அளவு தாகம் அடங்க குடிக்கக் கொடுக்கலாம். குடலை நன்ருக ஒரு எனிமா கொடுத்து சுத்தம் செய்வது நலம். வயிற்றின் மீது வெந்நீர் பையால் ஒத்தடம் கொடுத்தால் நோவு சிறிது குறையும். வயிற்றுவலி இந்த சிகிச்சைகளால் சிறிது குணமானதும், உள்ளுக்குச் சாப்பிட ஒரு தேக் கரண்டி அளவு மில்க் ஆப் மக்னிஸியா கொடுப்பது நலம். அன்று முழுவதும் குழந்தைக்கு எவ்வித ஆகாரமும் அளிக்காது பட்டினி போட்டு வைப்பது சாலச்சிறந்ததாகும். 'லங்கணம் பரம ஔஷதம்' எனும் பழமொழி அஜீரணத்திற்கு மிகவும் பொருத்தமானதாகும்.

ஈரல் சம்பந்தப்பட்ட அஜீரணம்:—கல்லீரல் நன்ருக சுரு சுருப்புடன் இல்லாது மந்தமாக இயங்கினுல், குழந்தைக்கு அஜீரணம் ஏற்பட்டு விடுகின்றது. அநேகமாக மூன்று வயதிற்கு மேற்பட்ட குழந்தை யிடம்தான் இந்த விதமான அஜீரண நோய் அதிகம் காணப்படுகின்றது.

நோயின் அறிகுறிகள்:—குழந்தைக்கு சாப்பாட்டிலே விருப்பமே யிருக்காது. சாப்பிட வற்புறுத்தினுல் முரண்டு செய்து அழுவான். விளையாட்டில் நாட்டமின்றி சதா சிணுங்கிக்கொண்டு தாயாருக்கு ஓயாது தொல்லை கொடுப்பான். இரவில் நல்ல தூக்கம் இருக்காது. மலச்சிக்கலில் அடிக்கடி வாதனைப் படுவான். கழிக்கும் மலம் மஞ்சளாக இல்லாது மிகவும் வெண்மையாகக் காணப்படும். மூக்கில் ஒருவித துர்நாற்றம் வீசும். இவ்விதமான அஜீரணத்திற்கு இரண்டு விதமான காரணங்கள் இருக்கலாம் என வைத்தியர்கள் அபிப்பிராயப் படுகின்றுர்கள். (1) சாக்லெட், வெண்ணெய், முட்டைபோன்ற எளிதில் ஜீரணிக்க முடியாத பொருள்களை அதிகம் சாப்பிட்டால் கல்லீரல் தன் மீது சுமத்தப்பட்ட அதிகப்படியான வேலையினுல் சோர்ந்து மந்தமாகி விடுகின்றது. (2) சில குழந்தைகளின் கல்லீரல் பிறவியிலேயே மிகவும் பலஹீனமாக அமைந்திருக்கின்றது. அதனுல் அடிக்கடி இந்த அஜீரண நோய் அக்குழந்தைகளுக்கு ஏற்படுகின்றது.

சிகிச்சை :—குழந்தை மிகவும் செழுமையாக வளர வேண்டும் என்ற எண்ணத்துடன், கொழுப்புப் பொருள் கலந்த ஆடைத்தயிர், வெண்ணெய், முட்டை போன்ற ஆகார வகைகளை அதிகமாக உண்ணுவதற்கு குழந்தைக்குக் கொடுக்கக் கூடாது. குழந்தை அழுகிருன் என்பதற்காகவோ பிடிவாதம் செய்கிருன் என்பதற்காகவோ சாக்லெட், வெண்ணெய் கலந்த பிஸ்கட்டுகள் முதலிய தின்பண்டங்களை வாங்கி அதிகம் சாப்பிட அளிக்கக் கூடாது. வைத்தியரிடம் கலந்து ஆலோசித்து ஒரு முறை பேதிக்கு கொடுப்பது மிகவும் நலம். இந்த அஜீரணத்திற்கு விளக்கெண்ணெயை விட பேதிக்கு உப்பு கொடுப்பதுதான் மிகவும் சிறந்தது.

குடல் சம்பந்தப்பட்ட அஜீரணம்:—அது ஐந்து வயதிற்கு மேற்பட்ட குழந்தையிடம் மிகவும் சகஜமாகக் காணப்படும் நோய்களில் ஒன்ருகும்.

நோயின் அறிகுறி :—எவ்வளவு போஷணையான ஆகாரம் சாப்பிட்டும் குழந்தை எடையில் அபிவிருத்தியே அடைய மாட்டான். கண்ட பொருள்களை யெல்லாம் தின்ன வேண்டும் என்ற ஒரு விசித்திரமான விருப்பம் அவனிடம் காணப்படும். மண், செங்கல் துண்டு, சாக்குக் கட்டி, சுவற்றின் மீது பூசியுள்ளகாவி, இவைகளை எடுத்து குழந்தை சாப்பிடுவதை தாயார் கவனித்து மிகவும் கவலையடைந்து போவதுண்டு. கழிக்கும் மலம் மிகவும் கெட்டியாக இருக்கும். அத்துடன் சளி போன்ற திரவமும் கலந்திருக்கும். சில சமயங்களில் மலத்துடன் குடல் பூச்சிகளும் வெளியேறலாம்.

இந்த வகை அஜீரணத்தினுல் உபாதைப்படும் குழந்தை இரவில் சரிவரத் தூங்கமாட்டான். பலவிதமான கனவுகள் அவனது நித்திரையைப் பங்கப் படுத்திவிடும். சில சமயங்களில், பள்ளிக்கூடத்திலோ விளையாடு மிடத்திலோ திடீரெனப் பயந்து கொண்டு முகம் வெளுத்து மூர்ச்சை யடைந்துவிடுவான்.

பார்வைக்கு இக் குழந்தையின் முகம் வெளுத்து கண்களைச் சுற்றிலும் லேசான கறுப்பு வளையங்களுடன்

ஆரோக்கியம் நலிந்த சோனிப் பையனுக இருப்பான். நாக்குச் சிவந்து அதன் மீது வெண்மையான மாவுப் பொருள் ஒட்டிக் கொண்டு இருக்கும். தொண்டை யிலுள்ள 'டான்ஸில்'கள் வீங்கிச் சிவந்து போவதினுல் இந்த குழந்தை அடிக்கடி இருமுவான். உடல் நலிவும், இருமலும் சேர்ந்து வந்திருப்பதைக் கண்ட தாயார் தன் குழந்தைக்கு க்ஷயம் ஏற்பட்டிருக்கிறதாக எண்ணி மனக்கவலே அடைவது மிகவும் சகஜம்.

இந்நோய் ஏற்படும் காரணம் பற்றி வைத்தியர்களி டையே அபிப்பிராய பேதம் ஏற்பட்டுள்ளது. இரைப் பையில் உள்ள உட்புறத்தோல் மிதமிஞ்சி சளிபோன்ற திரவத்தை உற்பத்தி செய்கிறது. அதனுல், இரைப் பையில் ஊறுகின்ற ஜீரண ரசம் ஆகாரத்துடன் நன்ருகக் கலந்து ஜீரணத்தை உண்டுபண்ண முடியாது தடைப் பட்டு விடுகின்றது என்பது ஒரு சிலரின் கருத்து. இன்னெரு சாரார் குடலுக்கு பிறவியிலேயே ஜீரணிக்க முடியாத ஒரு பலஹீனம் ஏற்பட்டுள்ளது; அதனுல்தான் இந்த விதமான அஜீரணம் என்கிருர்கள்.

சிகிச்சை:—குழந்தையின் அன்ருட வாழ்க்கையின் பழக்க வழக்கங்களே மாற்ற வேண்டும்.

இடம் மாறுதல் சில சமயம் நல்ல பயனே அளிக் கின்றதைக் காணலாம். பள்ளிக்கூட விடுமுறை சமயம் குழந்தையை வெளியூரிலுள்ள அத்தை, பாட்டியார் போன்ற உறவினர்கள் வீட்டிற்கு ஒரு பத்து தினங்கள் அனுப்பி வைப்பது மிகவும் நல்லதொரு சிகிச்சையாகும். சமுத்திரக் கரையோர முள்ள பிரதேசங்களில் சில நாட்கள் வசிக்க அனுப்புவது மிகவும் நல்லது என வைத்தியர்கள் கருதுகின்றனர். மழை, குளிர் போன்ற காலங்களில் உடலே நல்ல கம்பளிச் சட்டைகளால் போர்த்தி குளிர்காற்று அதிகம் சர்மத்தின் மீது வீசாது காக்க வேண்டும். பற்களே நன்ருகப் பரிசுத்தமாக தினசரி இருவேளே தேய்த்துக் கழுவும் நல்ல பழக்கத்தை குழந்தைக்கு ஏற்படுத்தித்தர வேண்டும். டான்ஸில் வீக்கத்திற்கு வெந்நீரில் உப்புப் போட்டு தினம் படுக்கு

முன் வாய் கொப்பளிக்க குழந்தையை வற்புறுத்தி செய்விக்க வேண்டும்.

பள்ளிக்கூடத்திற்கு நேரமாயிற்று என்று குழந்தை அவசரமாக சாதத்தை அள்ளி விழுங்கிவிட்டு ஓடும்படி அனுமதிக்கக்கூடாது. சாப்பாட்டு நேரத்தில் குறைந்தது அரை மணி நேரமாவது இலையில் உட்கார்ந்து காய் கறிகளை நன்ருகக் கடித்து மென்று சுவைத்துச் சாப்பிடப் பழக்க வேண்டும். உணவில் மாவுப் பொருளும் சர்க்கரையும் நிறைந்த தின்பண்டங்களை அகற்றிவிடுவது நலம். உருளைக்கிழங்கு, சேப்பங்கிழங்கு போன்ற கிழங்கு வகைகளும், வாழைக்காய் போன்ற மாவுப் பொருள் அதிகமான காய்களும் உணவில் சேர்க்கக் கூடாது. கீரை, முட்டைக்கோஸ், தக்காளி, பட்டாணி போன்றவைகளை அதிகம் சேர்க்கலாம். ஜிலேபி, மைசூர்பாகு, குலோப் ஜமூன், ஐஸ்கிரீம் இவைகளை குழந்தையின் கண்களில் கூடக் காட்டக் கூடாது. கடைகளில் விற்கும் காய்ந்த திராக்ஷைப் பழம், பழுக்காத மா, கொய்யா, வாழை முதலிய பழங்களை குழந்தை ஒருபொழுதும் தின்னக்கூடாது.

மலச் சிக்கலின்றி நன்ருக தினசரி மலம் கழிக்க, சில நாட்கள்வரை இரவு வேளையில் படுக்கப்போகுமுன் இரு தேக்கரண்டியளவு மில்க் ஆப் மெக்னீஸியா, அல்லது ஒரு தேக்கரண்டி விளக்கெண்ணெய் இவைகளில் ஏதேனும் ஒன்றைக் கொடுக்க வேண்டும்.

ஜீரண ரச உற்பத்தியை நன்ருக தூண்டிவிட்டு அஜீரணத்தைப் போக்க கறிவேப்பிலை, இஞ்சி, கொத்தமல்லி, நெல்லிக்காய் போன்றவைகளை ஊறுகாய், குழம்பு, ரசம் முதலியவை மூலம் சிறிதளவு அளிக்கலாம். மாதுளம் பழத்தின் முத்துக்களினின்று ரஸம் எடுத்து, தண்ணீருடன் கலந்தும் கொடுக்கலாம். மிதமிஞ்சிய அஜீரணத்திற்கு வைத்தியரிடம் காட்டி சிசிச்சை செய்வது சாலச் சிறந்தது.

குடல் பூச்சிகள் :— இவைகள், குழந்தையின் குடலிலே குடிகொண்டு நாளடைவில் அதன் ஆரோக்கியத்தைச் சீர்குலைக்கின்றன.

இவைகளில் மூன்றுவகைப் பூச்சிகளை மலத்தில் காணலாம்.

(1) நாடாப்பூச்சி. (2) நாக்குப்பூச்சி. (3) கீரிப்பூச்சி என்பன ஆகும்.

நாடாப்பூச்சி:—இதை ஆங்கிலத்தில் ' பீனியா ஸாஜினேடா ' என அழைப்பார்கள். சுமார் பன்னிரெண்டு அடி நீளமும், கால் அங்குலம் அகலமும் உள்ள தட்டை வடிவமானதொரு பூச்சியாகும். தட்டையாக நாடாப் போல் இருப்பதால் இதை நாடாப் பூச்சி என்றும் அழைக்கிறார்கள். தலை கால் அங்குலத்திற்கும் குறைவாக சிறியதாக இருக்கும். மீதமுள்ள பாகத்தைப் பூச்சியின் உடல் அல்லது வால் என்று அழைக்கலாம். கரும்பின் மீது ஏற்பட்டிருக்கும் கணுக்கள் போல் இந்தப் பூச்சியின் உடலில் சுமார் ஆயிரம் சிறு கணுக்கள் காணப்படும். பூச்சியின் தலையிலிருந்து உடலில் ஒரு பாகம் பிரிந்து வெளியே மலத்துடன் அனுப்பப்பட்டாலும் பூச்சி இறந்துவிடாது. வால் இழந்த பல்லிக்கு மீண்டும் வால் முளைத்து நீண்டு விடுவது போல், இழந்த பாகம் மீண்டும் வளர்ந்துவிடும். ஆகவே, இந்த பூச்சியை குடலினின்று வெளியேற்றும் போது மலத்தில் இதனுடைய தலை வெளிவந்துவிட்டதா என்று வைத்தியர்கள் ஆராய்ந்து கவனிப்பார்கள்.

குழந்தையின் குடலில் ஆகாரத்தின் மூலம் குடியேறிவிட்ட இந்த பூச்சியின் உடலில் உள்ள சிறு கணுவில், முட்டை உற்பத்தியாகும். முட்டை நல்ல முதிர்ச்சியடைந்ததும் அந்த கணு உடலிலிருந்து பிரிந்து மலத்தின் வழியே வெளியேறிவிடும். இந்தவிதமான மலத்தினால் அசுத்தமடைந்த பிரதேசத்தில் மாடு புல் தின்ன வரும்பொழுது புல்லுடன் உள்ளே இப்பூச்சியின் முட்டையையும் விழுங்கிவிடலாம். இந்த முட்டைகள் மாட்டின் உடலுக்குள் சென்று அதனுடைய தசையில் குடியேறி குஞ்சு பொரிக்கத் துவங்குகின்றது. இவ்வாறு பூச்சியின் முட்டையால் பீடிக்கப்பட்ட மாட்டு இறைச்சியை நன்றாக வேகவைக்காது உண்ணுகிறவர்களது குடலில் இந்தப் பூச்சி வளர்ந்து பலவித உபத்திரவம் செய்கின்றது. இவர்கள்

மலம் கழிக்கும்பொழுது மீண்டும் முட்டைகள் வெளியேறி இந்நோயைப் பரப்பிய வண்ணம் இருக்கின்றது.

நாடாப் பூச்சியில் இன்னொரு வகை உண்டு. அவைகளின் முட்டைகள் மலத்துடன் வெளிப்படும்பொழுது மலத்தைப் பன்றி உட்கொள்ளுகின்றன. பன்றியின் தசையில் முட்டைகள் சென்று குடியேறி, பிறகு பன்றி மாமிசத்தை உண்ணுகிறவர்களின் குடலில் சென்று குடியேறி விருத்தியடையத் துவங்குகிறது. பன்றி, மாடு இவைகளின் இறைச்சி உண்ணுகிறவர்களிடம் மட்டுமே இந்த பூச்சியினால் தொந்தரவு ஏற்படுகின்றது. சைவ உணவுப் பழக்கமுடையவர்கள் வீட்டுக் குழந்தைகளிடம் இவைகள் அணுகுவதே யில்லை.

நோயின் அறிகுறி:—நோய்ப் பூச்சி உள்ள மாமிசத்தை உண்ட மூன்று மாதம் சென்றதும், திடீரென்று பேதி ஏற்படும். எவ்வளவு சாப்பிட்டாலும் பசி எடுப்பது போன்ற ஒரு உணர்ச்சி சதா இருந்துகொண்டிருக்கும். நாளடைவில் தேக ஆரோக்கியம் நலியும். சோர்வு, தூக்கமின்மை, புளியேப்பம் முதலியவை காணப்படும். சிலசமயம் குழந்தைக்கு வலிப்பும் ஏற்படலாம். அதிகமான இரத்த சோகையினால் படிப்பிலே நாட்டம் இன்றி, குழந்தை புத்தி மந்தமாகக் காணப்படுவான்.

சிகிச்சை:—இந்தப் பூச்சிக்கு வைத்தியர் பிரத்தியேகமான பூச்சிமருந்து என்பதைக் கொடுப்பார். 'கார்பன் டெட்ரா குளோரைட்' எனும் மருந்து தேவைக்கு தக்க அளவில் கொடுத்துவிட்டு, பிறகு பேதிக்கு கொடுத்தால், மருந்து வேகத்தில் பூச்சி இறந்துபோய் வெளியே வந்து விழுந்து விடும். மலத்தில் பூச்சியின் தலை இருக்கிறதா என சோதித்துப் பார்க்க வேண்டும். உடல்மட்டும் வெளியே வந்து விட்டதினால் பிரயோசனமில்லை. தலையைக் காணவிடில் மறுபடியும் ஒருவாரம் கழித்து பூச்சி மருந்து கொடுக்க வேண்டும். பூச்சியை உடலினின்று அகற்றிய பின்பு இரத்த விருத்திக்கு நல்லதொரு டானிக் சாப்பிடக் கொடுக்க வேண்டியது அவசியமாகும்.

நாக்குப்பூச்சி :— இது சாதாரணமாக எல்லாக் குழந்தைகளையும் பாதிக்கும் ஒரு வகை குடல் பூச்சி. இதை நாகப் பூச்சி என்றும் அழைப்பார்கள். ஆங்கிலத்தில் 'ரவுண்ட் வெர்ம்ஸ்' என்பார்கள். இது மண்ணுளிப் புழுவைப் போன்று உருண்டையான வடிவத்தில், வெளிர் ரோஜா இதழ் நிறத்தில் சுமார் நான்கு அல்லது ஆறு அங்குல நீளத்தில் இருக்கும் ஒருவகைப் பூச்சியாகும் அநேகமாக குடலில் இது ஆணும் பெண்ணுமாக சேர்ந்தே வசித்துக் கொண்டிருக்கும்.

பெண் பூச்சி தினசரி சுமார் இருநூறு முட்டைகளை வெளியிடுகின்றது. இவைகள் மலத்துடன் வெளியேறுகின்றன. சுமார் ஒன்பது நாட்கள் சென்றபின், மலத்துடன் மண்மீது வந்து குடியேறிய இம்முட்டைகள் குஞ்சு பொரிக்கத் துவங்குகின்றன. குஞ்சு பொரித்த ஒருவார காலமானதும், இந்தச்சிறு குஞ்சுகளுக்கு மனித உடலில் புகுந்து கொள்ள தக்க சக்தி ஏற்பட்டுவிடுகின்றது. குழந்தைகள் விளையாடும்பொழுது மண்ணிலிருந்த இந்த குஞ்சுகள் விரல் நகங்களின் வழியே ஒட்டிக் கொண்டு விடுகின்றன. கைகளைக் கழுவாத குழந்தை ஆகாரம் ஏதேனும் சாப்பிட்டால் அத்துடன் இவைகளும் குடலை அடைந்து விடுகின்றன. குடலின் தசையைப் பொத்துக்கொண்டு மெல்ல அதன் வழியே ஊர்ந்து, சுவாசக் குழலிலிருந்து மெல்ல மறுபடியும் அன்னக்குழலுக்கு ஒரு தாண்டுத் தாண்டி, ஆகாரத்துடன் முதலில் குடலை அடைந்த எழுபத்திநான்காவது நாள் மறுபடி இந்த பூச்சி குடலில் சென்று பெரிய நல்ல கொழுத்த புழுவாக வளர்ந்து குடியேறிவிடுகின்றது. சில சமயம் குடலில் இந்த பூச்சி சுமார் நூறு அல்லது இருநூறுக்குக்கூட அடைந்து கிடப்பதுண்டு.

நோயின் அறிகுறிகள் :— குழந்தையின் பசி மந்தப்பட்டுவிடும். பேதியும், வாந்தியும் அஜீரணமும் அடிக்கடி காணப்படும். சிலசமயம் குடல் பூச்சிகளினல் ஏற்படும் விஷம் உடலின்மீது உள்ள சர்மத்தில் தட்டையான எழுச்சிகளை உண்டுபண்ணிவிடுகின்றது. இதைக் காணும் தாயார் ஏதோ விஷக்கடி என்று எண்ணி இதைப் போக்க மந்திரித்த கயிறுகளை கையில் கட்டுவதுமுண்டு.

வயிறு உப்பிக் காணப்படும். குடலில் அதிக வாயுத்தேக் கம் இருந்து கொண்டு உபத்திரவம் கொடுத்த வண்ணமி ருக்கும். இரவில் குழந்தை தூங்கையில் பற்களை 'நறநற' வென சப்தம் செய்து கடித்துக்கொள்வான். அடிக்கடி வயிற்று நோவு ஏற்படும். சில சமயம் இதனால் வலிப்பு நோய் வருவதும் உண்டு. மிகவும் அபூர்வமாக இந்த பூச்சி கள் நாலைந்து ஒன்றின்மேல் ஒன்றாக சேர்ந்து ஒரு சிறு பந்தாக சுருட்டிக் கொண்டு, ஒரு முட்டுக் கட்டை போல் சிறு குடல் துவாரத்தை அடைத்துக் கொண்டு விடும். இதை தவிர்க்க உடனே ரணசிகிச்சை செய்து வயிற்றைக் கிழித்து இவைகளை அப்புறப் படுத்தும்படி நேரலாம்.

சிகிச்சை :—குடல் பூச்சி நோய் ஒரு குழந்தையிட மிருந்து இன்னொரு குழந்தைக்கு வரக்கூடும். வீட்டில் ஒரு குழந்தைக்கு இந்த பூச்சிகள் குடலில் தங்கி யிருப் பதை தாயார் கண்டால், எல்லாக் குழந்தைகளுக்கும் பூச்சி மருந்து பேதிக்கு கொடுத்து விடுவது நலம். அநேகமாக இவைகள் மண்ணிலிருந்து குழந்தையின் வயிற்றிற்குச் சென்று விடுவதால் குழந்தை அசுத்தமான மண்ணில் விளையாடத் தாயார் அனுமதிக்கக் கூடாது. சாப்பிடு முன் குழந்தையின் கையை நன்றாகச் சோப்புப் போட்டு அலம்பிவிட்டுத்தான் சாப்பிடவேண்டும் என்ற நல்லதொரு பழக்கத்தை சிறு வயதிலேயே கற்றுக் கொடுப்பது பலவிதத்திலும் நன்மையாகும். தெரு ஓரங் களிலும், சாக்கடை போன்றவைகளின் அருகிலும் வைத்து விற்பனை செய்யும் பழங்கள், தின்பண்டங்கள் இவைகளைக் குழந்தை சாப்பிடத் தாயார் அனுமதிக்கவே கூடாது.

குடல் பூச்சி இருக்கலாம் என்ற சந்தேகம் இருந் தால் குழந்தையின் மலத்தை வைத்தியர் பூதக்கண்ணாடி யில் வைத்துப் பரிசோதித்துப் பார்ப்பார். அவைகளில் பூச்சியின் முட்டைகளைக் கண்டால் அதற்கு உடனே பூச்சி மருந்து கொடுப்பார். நாக்குப் பூச்சிக்கு 'ஸான் டனின், கலோமல், சோடா பைகார்ப்' மூன்றும் கலந்த மருந்துப்பொடி ஒன்று, வயதிற்கு தக்க அளவிலே வைத் தியர் கொடுப்பார். இரவில் படுக்குமுன் அம்மருந்தை

தேனில் குழைத்துக் குழந்தைக்கு கொடுத்துவிட்டு, மறு நாள் காலை விளக்கெண்ணெய் அல்லது பேதி உப்பு கொடுத்துவிட வேண்டும். ஸான்டனின் மருந்துக்கு நாக்குப் பூச்சிகளை மயக்கி ஸ்மரணை இழக்கவைக்கும் ஒரு தனி மகிமை உண்டு. உணர்வு இழந்த பூச்சிகளை பேதி மருந்து வெளியில் கொண்டு வந்து தள்ளிவிடும். இவ்வாறு குடலை நன்ருக சுத்தப் படுத்திவிடலாம்.

ஒருமுறை பூச்சி மருந்து கொடுத்து பூச்சி வெளி வராவிடில் அடுத்த வாரம் மறுமுறை அம்மருந்தை உபயோகிக்க வேண்டும். சில சந்தர்ப்பங்களில் நாலைந்து முறைகூட பூச்சி மருந்தை குழந்தைக்கு கொடுக்க வேண்டி யிருக்கும். குணமான பின்பு மறுபடியும் மலத்தைப் பரிசோதனை செய்து, பூச்சிகளின் முட்டைகள் இல்லை என்பதைத் தெரிந்து கொள்ள வேண்டியது அவசியம்.

கீரிப்பூச்சிகள்:—இவைகளை திமிர் பூச்சி என்றும் அழைப்பார்கள். ஆங்கிலத்தில் 'திரட் வேர்மஸ்' எனப் பெயர். இவைகள் சுமார் கால் அங்குலத்திற்கு வெள்ளை நூல் துண்டுகளைப்போல் இருக்கும். இவைகள் ஆணும் பெண்ணும் ஜோடியாக சேர்ந்து குடலில் தங்கள் பரம்பரையை விருத்தி செய்து வாழ்ந்து கொண்டிருக்கும். இவைகள் அநேகமாக பெருங்குடலின் அடிப் பாகத்திலே தான் குடி கொண்டிருக்கும். கருவுற்ற பெண் பூச்சி மெல்ல அங்கிருந்து இறங்கி ஆசன வாயின் அருகே வெளியே வந்து அங்கே முட்டைகளை இட்டுவிட்டு உள்ளே சென்றுவிடும். சில சமயம், உள்ளே மறுபடி போகத் தெரியாது மடிந்துவிடுவதும் உண்டு. ஆயிரக் கணக்கான அந்த முட்டைகள் ஆசன வாயிலிருந்து மலம், மூத்திரத்துடன் படுக்கை, துணி, மண் இவைகள் மீது பரவலாம். அல்லது குழந்தையின் ஆசன வாயை சொரியும் பொழுது கைவிரல்களில் ஒட்டிக்கொண்டு பிறகு கை கழுவாது சாப்பிடுகையில் வாய்க்குள் சென்று மறுபடி குடலை அடைந்து வயிற்றிலே குஞ்சு பொரித்து பெரிய பூச்சிகளாக வளர்ந்து நன்ருக வாழலாம். மலம் வழியே வெளியேறிய ஆயிரக் கணக்கான

றட்டைகள், சுற்றிலுமுள்ள தண்ணீர், காற்று இவைகளை அசுத்தப் படுத்தி அதன் மூலம் பிறருக்கும் பரவக்கூடும்.

நோயின் அறிகுறி:—ஆசன வாயில் தாங்கொணுத அரிப்பு ஏற்படுவதனுல் அந்த இடத்தை அடிக்கடி குழந்தை சொரிவான். அதனுல் ஆசனவாய் சிவந்து ரணமாகிவிடக்கூடும். இதைத் தவிர கீரிப் பூச்சிகளால், மற்றவைகளைப்போல் வலிப்பு, வாந்தி, பேதி போன்ற தொந்தரவுகள் ஏற்படுவதில்லை.

சிகிச்சை:—ஆசனவாயில் ஏற்படும் ரணத்தின்மீது ஒரு பர்ஸன்ட் ஜென்ஷியன் வயலட் பூசலாம். வைத்திய ரிடம் கேட்டு ஸான்டனின் கலந்த பூச்சி மருந்து வாங்கி உள்ளுக்கு கொடுத்து, பிறகு பேதிக்கு கொடுப்பதும் நல்லது. சில வைத்தியர்கள் கீரிப் பூச்சிக்கு ஸான்டனின் எனும் மருந்துடன், டர்பன்டைன் எண்ணெயையும் சிறி தளவு கலந்து கொடுக்கிருர்கள். குடலிலிருந்து பூச்சிகள் வெளியேற்றப்பட்ட பின்பு, குழந்தையின் உடல் ஆரோக் கியம் வளர நல்ல சத்துள்ள ஆகாரம், டானிக் முதலிய வைகள் அவசியம் கொடுக்க வேண்டும்.

மலச்சிக்கல்

இதை நோய் என்பதைவிட தொந்தரவு என்று அழைப்பதுதான் சரி. மலச்சிக்கல் ஒரு வயதிற்கு உட் பட்ட குழந்தைகளிடமும் பள்ளிப்பருவத்து குழந்தை களிடமும் மிகவும் அதிகமாகக் காணப்படுகின்றது.

முதலில் ஒருவயதிற்குட்பட்ட குழந்தையிடம் மலச் சிக்கல் ஏற்படுவதன் காரணங்களைக் கவனிப்போம். பொது வாக செயற்கை போஷணையால் வளர்க்கப்படும் குழந்தை யிடமேதான் மலச்சிக்கல் காணப்படுகின்றது. தாய்ப்பால் சாப்பிடும் குழந்தையிடம் அவ்வளவாக காண்பதில்லை என்று சிலர் நினைக்கலாம். ஆனுல் அது தவறு. தாய்ப் பாலினுல் போஷிக்கப்படும் குழந்தைகளும் மலச்சிக்க லுக்கு உள்ளாகின்றன.

காரணம்;—

(1) செயற்கை உணவு குடலுக்கு ஒத்துக்கொள் ளாததினுல் குடல் ஒழுங்காக இயங் முடிவதில்லை. அதனுல் மலச்சிக்கல் ஏ படுகின்றது.

(2) சில தாயார்களின் பால் இயற்கையாகவே மி வும் நீராக இருக்கின்றது. அதில் குழந்தை யின் உடல் வளர்ச்சிக்குத் தேவையான ச துப் பொருள்கள் குறைவாக இருக்கின்றன ஒருமுறை பால் சாப்பிட்டவுடன் வெ விரைவில் இரைப்பை பால் முழுவதையு ஜீரணித்துக் கொண்டு விடுகின்றது. மல நன்ருக ஏற்படுவதற்கு ஓரளவிற்கு ஜீரணி காத உணவு கொஞ்சம் தேவை. உண முழுவதும் ஜீரணித்து, கழிவுப் பொருள் ஒன்றுமே மீதமாகாவிட்டால் குடலி மலம் உற்பத்தியாக வழியில்லை. அதனு குழந்தை மலச்சிக்கலுக்கு உள்ளாகிறது.

(3) குழந்தைக்கு தேவையான அளவு ஆகார இல்லாவிட்டாலும் மலச்சிக்கலுக்கு வ ஏற்படுகின்றது.

(4) சில குழந்தைகளுக்கு பிறவியிலேயே குடலி துவாரம் மிகவும் சிறியதாக அமைந்திரு கும். அதன் வழியே எளிதில் மலம் கீ செல்ல முடியாது தாமதமாவதினுல் மல சிக்கல் ஏற்படுகின்றது.

(5) தைராய்ட் எனும் உட்புறக்கோளத்தின் ஊற் குறைந்துபோனுல் மூளை மந்தமும், வளர்ச்சி குறைவும் குழந்தையிடம் ஏற்பட்டு விடும் இதற்கிலக்காகும் குழந்தைக்கு மலச் சிக் லும் இயல்பாகவே வந்து தொந்தர கொடுக்கும்.

மலச்சிக்கலினால் ஏற்படும் தொந்தரவுகள்:—தின சரி நன்றாக மலம் கழித்து ஆரோக்கியமாக வளராத குழந்தை பலவித தொந்தரவுகளுக்கு இலக்காகிறான். மலம் அன்றாடம் வெளிப்படாது உள்ளே தேங்குவதினால் குடலில் வாயுத் தேக்கம் கூடவே ஏற்படுகின்றது. வாயு மேலும் கீழும் சஞ்சரிக்கத் துவங்கும்பொழுது குழந்தை வயிற்று வலியினால் தாங்கமுடியாது வீரிட்டுக் கத்துவான். இதைத் தவிர அன்றாடம் கழிக்கப்படாத மலத்தினின்று சில விஷப் பொருள்கள் வெளியேறி இரத் தத்தில் கலந்துகொண்டு விடுகிறது. இதனால், குழந் தைக்கு பசியின்மையும் தூக்கமின்மையும் சோர்வும் ஏற் படுகின்றன. அதனால் காரணமற்ற சிறு விஷயங்களுக் கெல்லாம் தாய்மாருக்கு ஓயாத தொல்லை கொடுத்து சதா அழுதுகொண்டே இருப்பான். மேலும் சுலபமாக மலத்தை வெளியேற்ற முடியாததினால் குழந்தை மலங் கழிக்கையில் மூச்சைப் பிடித்துக்கொண்டு முக்குவான். அதனால் வயிற்றின் மீதுள்ள தசைகள் நாளடைவில் பல ஹீனமடைந்து விடுகின்றன. பின்பு அவன் வளர்ந்து பெரியவனான பின்பு குடல் இறக்கம் எனும் ஹெர்னியா தொந்தரவு எற்பட வழியாகின்றது. அதிகம் சிரமப் பட்டு முக்கி மலத்தை வெளித்தள்ளும் பொழுது சில சமயங்களில் ஆசன வாய், வெளியே தொங்கி விடுவதும் உண்டு. அடிக்கடி மலச்சிக்கலில் அவஸ்தைப்படும் குழந்தைக்கு வலிப்பும் வந்துவிடக் கூடும்.

சிகிச்சை:—குழந்தையின் வளர்ச்சிக்குப் போதிய அளவு ஆகாரம் அளிக்கப்பட வேண்டும். இரண்டு வேளை ஆகாரத்திற்கும் இடையே ஒருவேளை, ஒரு அவுன்ஸ் வெந்நீர் குடிக்க கொடுப்பது மலச்சிக்கலை தவிர்க்க யாரும் சுலபமாக கையாளும் ஒரு முறையாகும். தினசரி ஒரு வேளையாவது ஆரஞ்சு, சாத்துக்குடி, தக்காளி முதலிய பழங்களில் ஏதேனும் ஒரு வகையின் ரசத்தைப் பிழிந்து. இரண்டு அவுன்ஸ் அளவு கொடுப்பது நலம்.

மலச் சிக்கலினால் குழந்தையின் வயிறு உப்பி, மூச்சு விட முடியாது திணறுவதைக் கண்டால் தாயார் தாமத மின்றி கிளசரினுடன் தண்ணீரும் அளவுடன் கலந்து எனிமா கொடுக்க வேண்டும். எனிமா கொடுக்க சௌகரிய

மான சாதனங்கள் இல்லாவிடில் ஆசன வாய்க்குள் சிறு சோப்புத் துண்டைச் சொருகினுல், சில நிமிஷங்களில் குழந்தை மலம் கழிப்பான். பழங்காலத்துப் பாட்டிகள் வெற்றிலைக் காம்பை விளக்கெண்ணெயில் நனைத்து ஆசன வாயில் சொருகிவிடுவதுண்டு. இவைகள் எல்லாவற்றின் உட்தத்துவமும் ஒன்றே. ஆசன வாயில் உள்ள நரம்புகளை தூண்டிவிட்டால் அவைகள் சட்டென குடலை சுருங்கி விரியச் செய்யும். குடல் சுருங்கி விரிந்தால் தேங்கியுள்ள மலம் வெளியே தள்ளப்படும் என்பதேதான்.

இத்துடன் குடலின் உள்ளே தேங்கியிருக்கும் வாயுவை வெளியேற்ற கீழ்க்கண்ட சிகிச்சையும் உடனே செய்வது நலம். ஒரு பஞ்சில் டர்பன்டைன் எனும் எண்ணெயை சிறிதளவு நனைத்து எடுத்துக் கொண்டு குழந்தையின் வயிற்றின்மீது அதை லேசாகப் பூசவேண்டும். நன்ருக சூடான தண்ணீரில் ஒரு சிறு துண்டைப் போட்டு நனைத்துப் பிழிந்துவிட்டு, பிறகு அதனுல் வயிற்றின் மீது ஒத்தடம் போடவேண்டும். இந்த சிகிச்சை செய்த சில நிமிஷங்களில் குழந்தை வாயு கழிப்பான். அத்துடன் மலமும் இன்னும் நன்ருக வெளியேறும். மூத்திரம் கழித்துவிடுவான். வயிற்றின் வீக்கம் குறைந்து குழந்தை நன்ருக சுவாசிக்கத் துவங்குவான். வலி குறைந்துவிட்டதால் அவனுக்கு உடனே தூக்கம்கூட வந்துவிடும். அடிக்கடி மலச்சிக்கலினுல் வாதனைப்படும் குழந்தைக்கு இரண்டு நாளைக் கொருமுறை இரண்டு தேக்கரண்டி அளவு மில்க் ஆப் மக்னீஸியா திரவம் உட்கொள்ளக் கொடுக்கலாம். வாரத்திற்கு ஒருமுறை விளக்கெண்ணெய் பேதிக்கு கொடுப்பதும் நல்லது.

பள்ளிப் பருவத்திலே காணப்படும் மலச்சிக்கல்:— இதற்குக் காரணம் பின்வருவன. (1) சிறு குழந்தையாக இருக்கையிலே அடிக்கடி மலச் சிக்கலுக்கு உள்ளான குழந்தை பெரியவனுகை வளர்ந்து பள்ளிக்கூடத்திற்குப் போகும் பருவத்திற்கு வந்ததும் மறுபடியும் மலச் சிக்கலுக்கு இலக்காகலாம். (2) போதிய ஆகாரம் இல்லாதது ஒரு காரணமாகின்றது. (3) ஆகாரத்தில் கழிவுப் பொருள் அதிகம் இல்லாவிட்டாலும் மலச்சிக்கல் ஏற்படுகின்றது

மலச்சிக்கலால் ஏற்படும் தீமைகள்:—சிறு குழந்தைப் பருவத்தைவிட மலச்சிக்கல் பள்ளிப் பருவத்துப் பையனுக்கு மிகவும் தொந்தரவுகளைக் கொடுக்கின்றது. பசியின்மை, தூக்கமின்மை, வாந்தி, கிறு கிறுப்பு, மயக்கம், தலைவலி முதலியன குழந்தையிடம் ஏற்படுகின்றன. விளையாட்டிலே நாட்டம் குறைந்து விடுகின்றது. எரிச்சலும் அமைதியின்மையும் மேலோங்கிக் காணப்படும். படிப்பிலே சிந்தனையைச் செலுத்த முடியாது குழந்தை மிகவும் கஷ்டப்படுவான்.

சிகிச்சை:—குழந்தையின் ஆகாரத்திலே தாயார் அதிக கவனம் செலுத்த வேண்டும். கீரை போன்றவைகளை ஆகாரத்தில் தினசரி சேர்க்க வேண்டும். பிஸ்கட்டு, முறுக்கு, சாக்லெட்போன்ற தின்பண்டங்களைவிட்-ஆரஞ்சு, வாழை, தக்காளிபோன்ற பழவகைகளை தின்னக் கொடுப்பது நலம். மலச்சிக்கலில் அவதிப்படும் குழந்தைக்கு மாதத்திற்கு• ஒருமுறை பேதி உப்பு அல்லது விளக்கெண்ணெய் பேதிக்கு கொடுக்கலாம். மலச்சிக்கல் ஏற்படாது தடுக்க• தினசரி படுக்கப் போகுமுன் ஒரு டம்ளர் அளவு தண்ணீர் சாப்பிடச் செய்வது உத்தமம். சுலபமாக மலம் வெளிப்பட இரண்டு தினங்களுக்கு ஒரு முறை இரண்டு தேக்கரண்டி அளவு மில்க் ஆப் மெக்னீஸியா எனும் திரவத்தை சாப்பிடக் கொடுக்கலாம்.

வயிற்று நோவு

இது குழந்தைப் பருவத்திலே வரக்கூடிய நோய்களில் மிகவும் சகஜமானது. ஒரு வயதிற்குட்பட்ட சிறு குழந்தைக்கும் வயிற்று நோவு ஏற்படும். பேசக்கூடிய பருவத்து குழந்தைக்கும் வயிற்று நோவு எளிதில் வரக்கூடும். முதலில் சிறு குழந்தைக்கு ஏற்படக்கூடிய வயிற்று நோயைப்பற்றி கவனிப்போம். பேசமுடியாத பருவத்து சிறு குழந்தை திடீரென கையில் பிடிபடாது வீரிட்டு அழுதால் அநேகமாக வயிற்று நோயினுல்தான் இருக்க வேண்டும் என தாயார் ஊகித்துக் கொள்ளுகிருள்.

சிறு குழந்தைக்கு வயிற்று நோவு ஏற்படக் காரணம் பின்வருவனவாகும்.

(1) குழந்தைக்கு ஆகாரமாக அளிக்கும் பால் குடலுக்குள் சென்றதும் ஒருவித அமிலப் பொருளை உண்டாக்கி விடுகின்றது. அந்த அமிலம் குடலின் உட்புறத்து மெல்லிய சதையைத் துன்புறுத்துகின்றது. அதனுல் வயிற்று நோவு ஏற்படுகின்றது.

(2) ஜீரணக் கோளாறுகளினுல், குடலில் வாயுத் தேக்கம் அதிகம் ஏற்படுவதால் வயிற்று நோவு வரக்கூடும்.

(3) வயிற்றுக்குள் ஏதோ காரணத்திஞல் பால் நன்ருக ஜீரணமாகாது பெரும் தயிர் கட்டிகளாகமாறி குடலைத் துன்புறுத்தி நோயை உண்டாக்கலாம்.

நோயின் அறிகுறி :—குடல் கஷ்டத்துடன் புரளுவதிஞல் ஏற்படும் ஒருவித திருகுநோய் தாங்கமுடியாது குழந்தை வீரிட்டுக் கத்துவான். குடல் புரளுவது நின்ருல் குழந்தையும் அழுவதை நிறுத்திவிடுவான். மறுபடி குடல் புரளத் துவங்கியதும் வேதனை தாளாது வீரிட்டு அலறுவான். இவ்வாறு விட்டு விட்டு குழந்தை அழுவதைக் காணும் அனுபவமிக்க தயார், அவனுக்கு வயிற்று நோவு ஏற்பட்டிருக்கிறது என எளிதில் அறிந்து கொள்ளுகிருள்.

குழந்தை அழுவது வயிற்று நோவு ஒன்றுக்கு மட்டுமல்ல. வயிற்று நோவிஞல் அழுகிருஞ? அல்லது பசியிஞல் அழுகிருஞ? என்று தெரியாது திகைக்கும் பெற்ருேர்கள் அநேகம். தனது கஷ்டத்தை வாய் விட்டுச் சொல்ல முடியாததிஞல், குழந்தை எதற்காக அழுகிருன்? என்று கண்டு பிடிப்பது சில சமயம் மிகவும் சிரமமான காரியமாகி விடுகின்றது. வயிற்று நோவு மட்டும் அல்லாது கீழ்க்கண்டவைகளின் போதும் குழந்தை அழுவது சகஜம். அவைகள் (1) காது வலி. (2) பசி. (3) பல் முளைக்கும் பருவத்தில் எகிறில் ஏற்படும் வீக்கம் நோவும் பொழுது. (4) மூத்திரக்கோளங்களில் சிக்கல் ஏற்பட்டால். (5) மூத்திரத் துவாரத்தை ஏதேனும் அடைத்துக்

கொண்டு மூத்திரம் கழிக்க சிரமம் ஏற்பட்டால். (6) வைட்டமின் 'சி' உணவில் இல்லாததனுலும் வைட்டமின் 'டி' உணவில் இல்லாததனுலும் முறையே ஏற்படும் 'ஸ்கர்வி', 'ரிக்கெட்ஸ்' என்னும் நோய்களினுல் எலும்பு நெகிழ்ந்து பலஹீனமாகி விடுவதனுல் குழந்தையை கையில் தூக்கையில் எலும்பின் மீது லேசாக அதிர்ச்சி ஏற்படும். குழந்தை நோவு தாளாது வீரிட்டு அழுவான். (7) மூளை மந்தமாக பிறக்கும் குழந்தை அடிக்கடி வீரிட்டு அலறிக்கொண்டிருப்பான்.

குழந்தை அழுவதிலிருந்து வயிற்று வலியா? அல்லது மற்ற காரணமா என்பதைத் தாயார், வைத்தியர் உதவியின்றி சுலபமாகக் கண்டுகொள்ள இயலும். பஞ்சு போன்ற மிருதுவான குழந்தையின் வயிறு, தொட்டால் கல் போன்று கடினமாக காணப்படும். குழந்தை விட்டு விட்டு அழுவான். அழும்பொழுது கைகளையும் கால்களையும் உயரத் தூக்கிக்கொண்டு அழுவதைக் காணலாம். வயிற்றுவலி அதிகமானுல் குழந்தைக்கு சில சமயம் வலிப்பு ஏற்பட்டுவிடும்.

சிகிச்சை :—வைத்தியரைக் கூப்பிடு முன்பு தாயார் கீழ்க்கண்ட சிகிச்சையைத் தானே செய்யலாம். வயிற்றின் மீது லேசாக டர்பன்டைன் எண்ணெயைப் பூசி, வெந்நீரில் ஒரு சிறு துணியைப் போட்டுப் பிழிந்து சூடான ஒத்தடம் போட வேண்டும். சில நிமிஷங்களில் வயிற்றில் தேங்கியுள்ள காற்று வெளியேறி குழந்தை நிம்மதியாகத் தூங்க ஆரம்பிப்பான். வைத்தியர் அருகில் இல்லாத சந்தர்ப்பங்களில் ஒரு தேக்கரண்டி அளவு மில்க் ஆப் மெக்னீஸியாவை நீரில் கலந்து புகட்டலாம். வயிற்று வலியால் வாதனைப்பட்ட குழந்தைக்கு சிலமணி நேரம் எவ்வித ஆகாரமும் அளிக்கக் கூடாது. பட்டினியாகப் போட்டு வைப்பது மிகவும் நலம். சில சமயம் கிளிசரின்-வெந்நீரும் கலந்த எனிமா ஒன்று கொடுத்தால், வாயுவும் மலமும் வெளியேறி வயிற்று நோவு குன்றி விடுவதுமுண்டு. வயிற்று நோவினுல் அழும் குழந்தைக்கு எனிமா கொடுக்கலாம். ஆனுல் ஒருபொழுதும் பேதிக்கு கொடுக்கவே கூடாது. வைத்தியர் ஆலோசனை இன்றித் தாயார்

பேதிக்கு கொடுக்க முயற்சிப்பது மிகவும் தவறு. தாயாரின் சிகிச்சையினுல் வயிற்று நோவு நிற்காவிடில் காலதாமதமின்றி வைத்தியரைக் கலந்து ஆலோசிக்க வேண்டும்.

பேசும் பருவத்து குழந்தைக்கு ஏற்படும் வயிற்று நோவு:—பேசத்தெரிந்த குழந்தை தனக்கு வயிற்றை வலிக்கிறது என தானே சொல்லிவிடுவதால், அவனுக்கு என்ன தொந்தரவு ஏற்பட்டுள்ளது என்பதை தாயார் அறிந்துகொள்ளச் சுலபமாகிறது. வயிற்று நோவு என்ருல் மாங்காயைத் தின்றுவிட்டு மழையில் நனைந்ததால் அஜீரணம் ஏற்பட்டு வயிற்றில் நோவு உண்டாகி இருக்கிறதா? அல்லது, வயிற்றில் உள்ள அப்பெண்டிக்ஸ் எனும் உறுப்பு வீங்கி அதனுல் நோவு ஏற்பட்டிருக்கிறதா? என்று சட்டென தீர்மானிக்க சில சமயம் வைத்தியர்களாலேயே முடிவதில்லை. பேசும் பருவத்துக் குழந்தைக்கு வயிற்று நோவு கீழ்க்கண்ட காரணங்களினுல் ஏற்படலாம். (1) அஜீரணம். (2) குடல் பூச்சிகள். (3) குடல் முறுக்கல். (இதை குடல் ஏறிக்கொண்டு விட்டது என்றும் கூறுவார்கள்) 4. குடல் அனுபந்தம் (அப்பெண்டிசைட்டிஸ் என்பது).

நோயின் அறிகுறி:—வயிற்றில் நோவு, வாந்தி, ஜுரம், மலச்சிக்கல் இவைகளைக் காணலாம். இவைகள் மேற்கண்ட நான்குவிதமான கோளாறுகளின் போதும் காணப்படுமாதலால், அஜீரணமா? குடல் அனுபந்தமா? என சட்டெனத் தீர்மானிக்க முடியாது. ஆகவே தாயார் இதைப்பற்றி வைத்தியரைக் கலந்து ஆலோசிப்பதே மேல்.

சிகிச்சை:—வயிற்று வலியினுல் துடிக்கும் பையனுக்கு தாயார் ஒருபொழுதும் பேதிக்கு சாப்பிடக் கொடுக்கக் கூடாது. அஜீரணத்தினுல் இருக்கலாம் என்ற சந்தேகமிருந்தால் சோப்புக்கரைத்த நீர் எனிமா கொடுத்து மலம் கழிக்கச் செய்யலாம். ஒரு தேக்கரண்டி மில்க் ஆப் மெக்னீஸியா சாப்பிட உள்ளுக்கு கொடுக்கலாம். நீண்ட நேரம் பலவித சிகிச்சைகள் செய்து தாமதம் செய்வதை

விட வைத்தியரிடம் காட்டி ஆலோசனை பெறுவது சாலச் சிறந்தது. வயிற்றுவலி வெறும் அஜீரணமாக இல்லாது குடல் முறுக்கத்தினலோ அல்லது குடல் அனுபந்தத்தினலோ இருந்தால் தாமதம் செய்யாது ரண சிகிச்சை மேற்கொள்ள வேண்டியிருக்கும். பேசும் பருவத்துக் குழந்தைக்கு வயிற்றுவலி என்றவுடனேயே வைத்தியரிடம் காட்டி தக்க ஆலோசனையைப் பெறுவதுதான் நல்ல சிகிச்சையாகும்.

வாந்தி

தாய்ப்பால் பருகும் பருவத்துக் குழந்தையிடம் காணப்படும் தொந்தரவுகளில் இதுவும் ஒன்ருகும். வாந்தி அநேகமாக ஜீரணக் கோளாறினுல்தான் ஏற்படுகின்றது. இதில் இரண்டு வகையைக் காணலாம்.

(1) நன்ருக. ஆரோக்கியமாக வளர்ந்து கொண்டிருந்த குழந்தைக்கு திடீரென்று ஜீரணக் கோளாறு ஏற்பட்டுப் புகட்டிய பாலை அடுத்தடுத்து வாந்தி யெடுத்து சில மணி நேரங்களில் கவலைக்கிடமான நிலையை அடைந்து விடுவது.

(2) நாள்ப்பட்டதொரு ஜீரணக் கோளாறினுல் தினசரி ஒருமுறை வாந்தியெடுப்பதை வழக்கமாக வைத்துக் கொண்டிருப்பது.

நோயின் அறிகுறி:— முதல் வகையை எடுத்துக் கொள்வோம். வாந்தி எடுக்கத் துவங்கிய சில மணி நேரங்களில் குழந்தையின் கண் குழிவிழுந்து முகம் சோர்ந்து உடல் சிறிது உஷ்ணமடைந்துவிடும். நாக்கின்மீது வெண்மையானதொரு மாவுப்பொருள் பூசப்பெற்றதுபோல் காணப்படும். மூச்சில் ஒருவித அருவருப்பான புளிப்பு வாசனை வீசும்.

சிகிச்சை:— வைத்தியரைக் கூப்பிடுமுன் ‘குழந்தை வாந்தி எடுத்து விட்டான்; வயிற்றில் ஒன்றுமில்லை’ என்று இரங்கி தாயார் மென்மேலும் ஆகாரம் கொடுத்தல்

கூடாது. ஆகாரத்தை நிறுத்திவிட வேண்டும். சாதாரணமாக ஒரு வயதிற்குட்பட்ட சிறு குழந்தை சுமார் நாற்பத்தெட்டுமணி நேரம் பட்டினியாக எவ்வித ஆரோக்கிய நலிவு மின்றி இருக்கமுடியும். பெரியவர்களைக் காட்டிலும் குழந்தை பட்டினியை நன்ருக சகித்துக் கொள்ள முடியும் என வைத்தியர்கள் கருதுகின்றனர். ஆகவே, குழந்தை பட்டினியாகக் கிடப்பான் என சிறிதும் தாயார் கவலை கொள்ள வேண்டாம். பிறகு குழந்தையின்மீது கம்பளி ஒன்றைப் போர்த்தி உடலின் உஷ்ணம் குறைந்துவிடாது பாதுகாக்க வேண்டும். குழந்தை அழுதால் தாகம் குறைய ஒரு தேக்கரண்டி அளவு ஆறிய வெந்நீர் சிறிது கொடுக்கலாம்.

வாந்தியை நிறுத்த வைத்தியர், பிஸ்மத் கலந்த மருந்துகள் கொடுத்து உடல் நலிவைப்போக்க, உப்பு நீரை ஊசிமூலம் ஏற்ற வேண்டி யிருக்கும்.

இரண்டாவது வகை வாந்தியைப் பற்றிக் கவனிப் போம் :-ஜீரணக் கோளாறினுல்,தினசரி ஒரு முறையாவது வாந்தி எடுப்பதை குழந்தை ஒரு வழக்கமாக கொண்டு விடுவதுண்டு. அளவுக்கு மீறிய ஆகாரத்தை ஏற்றுக் கொள்வதினுல் குழந்தை அதை ஜீரணிக்க முடியாது வெளியே கக்கி விடுகிருன். குழந்தை இவ்வாறு தினசரி ஒரு முறையேனும் வாந்தி எடுத்தால், தாயார் அவனது ஆகாரத்தை மிதப்படுத்த வேண்டியது அவசியமாகும். மிதம் செய்தால் வாந்தி எடுப்பது தானே நின்றுவிடும்.

இதைத் தவிர குழந்தை கீழ்க்கண்ட சமயங்களில் வாந்தி எடுப்பதும் உண்டு. (1) நிமோனியா, அம்மை போன்ற தொத்து நோய்கள் ஏற்படும்பொழுது, வாந்தி தான் முதலில் முக்கிய அறிகுறியாக ஆரம்பிப்பதை கவனிக்கலாம். (2) குடல் முறுக்கம், குடல் அனுபந்தம், மூளைஜன்னி (மெனன் ஜைட்டிஸ்) முதலியன ஏற்பட்டால் வாந்தி ஜுரத்துடனே அல்லது வயிற்றுநோவு முதலியனவுடனே காணப்பட்டால், வைத்தியரைக் கூப்பிட்டுக் காட்டி சிகிச்சை செய்வதே நலம்.

பேதி

தாய்ப் பால் குடிக்கும் பருவத்து சிறு குழந்தைக்கு ஜீரணக்கோளாறினல் ஏற்படும் தொந்தரவுகளில் பேதியும் முக்கியமானது. இதை மாந்தம் என்றும் அழைப்பதுண்டு.

ஆகாரத்தில் சிறிது பிசகு ஏற்பட்டாலும், இடம் மாற்றம் ஏற்பட்டாலும், தாயாரின் சிறு அஜாக்கிரதையினுலும் குழந்தைக்குச் சட்டென ஜீரணக்கோளாறு ஏற்பட்டு பேதி வந்துவிடலாம். சிநேகிதையுடன் பேசும் சுவாரஸ்யத்தில் நடுவில் வந்து நச்சரிக்கும் குழந்தையின் கையில் தின்பண்டத்தை அள்ளி 'லஞ்சமாக'க் கொடுத்து விடும் தாயார், மறுநாள் காலே அவனுக்கு ஏற்படப் போகும் தொந்தரவை சற்று முன் கூட்டியே சிந்தித்துப் பார்த்தால் குழந்தைக்கு ஜீரணக்கோளாறு என் ஏற்படுகின்றது.

பேதி என்பதை வயிற்ருல்போதல் என்றும் அழைப்பார்கள். இது சிறு பச்சிளங் குழந்தைகளுக்கு ஏற்படுவதற்கு சில காரணங்களும் இருக்கின்றன. உள்ளே வரும் விஷக்கிருமிகளே கொன்று விடுவதற்கு இயற்கை நமக்கு அளித்துள்ள ஹரிதகிகாமிலம் என்னும் அமில ஊற்று (ஹைடிரோகுளோரிக் ஆஸீட்)குழந்தையின் வயிற்றில் மிகவும் குறைவு. குழந்தைக்கு அளிக்கப்படும் ஆகாரம் மிகவும் பரிசுத்தமானதாக இருக்க வேண்டும். ஆறிப் போன பாலில் கோடிக்கணக்கான விஷக்கிருமிகள் குடியேறி விருத்தி யடைய வழியுண்டு. ஆறிய பாலே உஷ்ணப் படுத்தி கொடுக்க சோம்பல் பட்டுக்கொண்டு அப்படியே கொடுத்து விட்டால் குழந்தையின் வயிற்றை அடைந்த கிருமிகள் தங்கள் வேலையைத் துவங்க ஆரம்பித்து விடுகின்றன. வெளியிலிருந்து ஆகாரத்தின் மூலம் உள்ளே குடலே அடைந்த கிருமிகள் அங்கே விருத்தி யடைந்து நோயை உற்பத்தி செய்ய பருவகாலமும் ஓரளவு உதவி செய்கின்றது. சோவென்று கொட்டும் மழைகாலம், கடுமையாக வெய்யில் வீசும் கோடைகாலம் இவை இரண்டும் கிருமிகளின் வளர்ச்சிக்கு உகந்த பருவங்கள். ஆகவே தான் குழந்தைகளுக்கு மழை காலத்திலும், நல்ல

கோடையிலும் பேதி நோய் அதிகம் ஏற்படுகின்றது. அதனுல்தான் இவ்வகை பேதியை கோடைகால பேதி என்று வைத்தியர்கள் அழைப்பது வழக்கம்.

பேதி நோயில் சில வகைகள் உள்ளன. (1) மிகவும் கடுமையான பேதி. (2) அடிக்கடி வந்து குழந்தையிடம் பழக்கமாகி விட்ட பேதி.

கடுமையான பேதி மூன்று வித தோற்றங்களுடன் குழந்தையிடம் காணப்படுகின்றது. அவைகளைப் பற்றி முறையே கவனிப்போம். சாதாரணமாக சுமார் பத்து அல்லது பதினைந்து முறை குழந்தை மலம் கழிப்பான். அதனுல் அவன் மிகவும் சோர்ந்து விடுவான். இது ஒரு வகை.பேதியுடன் நல்ல ஜுரமும் சேர்ந்து காணப்படுவது இன்னெரு வகை. மூன்ருவது வகை மிகவும் அபாயகரமானது. பேதி நோய் ஏறக்குறைய காலரா என்னும் வாந்தியைப்போன்று மிகவும் நீரான மலத்துடன், ஓயாதுமென்மேலும் வெளியாகி வெகுவிரைவில் குழந்தையின் தேகநிலையைக் கவலைக்கிடமாக்கி விடும்.

பேதியின் அறிகுறிகள்:—தனது ஆரம்பத்தை எவ்விதமாகவும் அமைத்துக் கொள்ளும் திறமை இந்நோய்க்கு உண்டு. சொல்லாது கொள்ளாது திடீரென்று பேதிமேல் பேதியாக ஆரம்பிக்கலாம். அல்லது சாதாரணமாக கழிக்கும் மலம் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக தளர்ச்சியடைய ஆரம்பித்து, பிறகு பேதியாக முடியலாம். ஆரம்பத்தில் மலத்தின் நிறம் மஞ்சளாகத் தானிருக்கும். வியாதியின் குணங்கள் முற்றியவுடன் பச்சையாக மாறி கடைசியில் சீதமும் கலந்து வெளிப்படும். நோய் மிகவும் கடுமையாகி விட்டிருந்தால் மலம் தண்ணீரைப் போன்றும் துர்நாற்றத்துடன் வெளிவரும்.

பேதி ஆரம்பித்ததும் குழந்தையின் தேகநிலையும் பாதிக்கப் படுகின்றது. சாதாரணமான பேதியாக இருந்தால் தேகநிலை அதிகம் சீர்குலைந்துவிடாது. கடுமையான வகை பேதியாக இருந்தால் மிகவும் சீர்கெட்டுவிடும். அதிகமாக பேதியானுல், உடலில் நீர் குறைந்து போகின்

றது. அதனல் உடலில் சோர்வு ஏற்படுகின்றது. மேலும் குடலில் சென்று குடியேறி பேதியை உண்டாக்கி விட்டுள்ள விஷக்கிருமிகள் ஒரு விதமான விஷப் பொருளைக் கக்கி, உடல் முழுவதும் பரவ விட்டுவிடு கின்றன. அவ்விஷப் பொருள் இரத்தமூலம் எல்லாவித மான உறுப்புகளுக்கும் போய்ச் சேர்ந்து இருதயம், மூளை, மூத்திரக்கோளங்கள் போன்ற முக்கியமான உறுப்புக்களை சோர்வடையச் செய்கின்றது. ஆகவே அதிகமாக பேதி யானவுடன் குழந்தையின் கண்கள் குழிவிழுந்து, நாடி தளர்ந்து பலஹீனமடைந்து விடுகின்றது. கண்களை மூட முடியாது குழந்தை பாதி விழித்த நிலையில் வெறித்துப் பார்ப்பான். இந்த நிலையைத்தான் பெரியவர்கள் மாந்தம் என்று அழைப்பார்கள். உடல் உஷ்ணம் குறைந்து தொட் டால் ஜில்லென்று குளிர்ந்து காணப்பட்டாலும், உத்டு கள் நீல நிறமாகி விட்டாலும் குழந்தை மிகவும் அபாய கரமான நிலையில் உள்ளான் என அறிந்து கொள்ள வேண்டும்.

சிகிச்சை:—வைத்தியரை அழைத்துக் காட்டுவதற்கு முன் தாயார் குழந்தையின் தேக உஷ்ணம் குறையாது இருக்க கம்பளியினல் மூடி நன்ருகப் போர்த்தி வைக்க வேண்டும்.பால் முதலிய ஆகாரப்பொருளை நிறுத்திவிட்டு, நாலு அவுன்ஸ் கொதித்த நீரில் ஒரு தேக்கரண்டி குளு கோஸ் சர்க்கரையைப் போட்டு, அரை மணிக்கு ஒரு முறை அரை அவுன்ஸ் அளவு கொடுக்கலாம்.

தற்காலத்தில் பலவிதமான புதிய மருந்துகளால் குழந்தைக்கு ஏற்படும் இந்த விதமான பேதியை சிகிச்சை செய்வது சுலபமாக உள்ளது. ஆரோமைசின், குளோ ரோமைசிடின்,டெர்ராமைசின்,ஸல்பானிலமைட் போன்ற மருந்துகளால் இந்தப் பேதியை கண்டித்துவிட முடியும். தேகநிலை மிகவும் சோர்ந்து கெட்டிருந்தால், உப்புநீரை ஊசி மூலம் வைத்தியர் ஏற்றவேண்டியிருக்கும். சில வைத் தியர்கள், குளுகோஸ் நீரைவிட ஆல்புயூமின் என்னும் புர தம் கலந்த நீரை ஆகாரமாக கொடுப்பது சிறந்தது எனக் கருதுகின்றனர். கோழி முட்டையின் வெள்ளையை தனியே பிரித்து எடுத்து அத்துடன் ஆறின வெந்நீரைக் கலந்து நன்கு கலக்கிவிட்டு அவ்வாறு தயாரித்த தண்

ணீரை, அரைமணிக் கொருதடவை நான்கு தேக்கரண்டி அளவு புகட்டினல் பயன் உண்டாகும் என்று கருதுகின்றனர். இது மிகவும் நல்லதொரு முறையாகும். அதிகமான பேதி ஏற்படுகையில் தாயார் காலதாமதமின்றி வைத்தியரிடம் காட்டி சிகிச்சை செய்வது நலம் என்று கூருமலே விளங்கும். பேசும் பருவத்து குழந்தைகளுக்கும் பேதிநோய் ஏற்படுவதுண்டு. அஜீரணம், குடல் பூச்சி இவைகளால்தான் பேதி ஏற்படுகின்றது. இவைகளின் சிகிச்சையைப் பற்றி வேறு இடத்தில் விவரிக்கப்பட்டுள்ளது.

பசியின்மை

பசி என்பது ஆரோக்கியத்தின் அறிகுறி. குழந்தை ஆகாரத்தில் விருப்பமின்றி அசட்டை காட்டினல், அவனுக்கு பசி மந்தப்பட்டுள்ளது என்று தெரிந்து கொள்ள வேண்டும். பசியின்மை தேகக்கோளாறின் ஒரு அறிகுறி. தனிப்பட்ட நோய் அல்ல. கீழ்க்கண்ட சமயங்களில் குழந்தையிடம் பசியின்மையைக் காணலாம். சளி, அஜீரணம், மலச்சிக்கல் போன்ற சமயங்களில் பசி மந்தம் காணப்படும்.

அம்மைப்பால் வைத்திருந்தால் முதலில் சில நாட்கள் குழந்தை ஆகாரத்தின் மேல் நாட்டமற்று இருப்பான். செயற்கை முறைகளால் போஷிக்கப்படும் குழந்தையிடம் பசியின்மையை அடிக்கடி காணக்கூடும். ஒரே விதமான ஆகாரத்தை சாப்பிட நேர்ந்ததால் ஏற்படும் அலுப்புத் தான் குழந்தைக்கு பசியில்லாததற்குக் காரணமாகிறது. பல்முளைக்கும் பருவத்திலும் பசியின்மையைக் காணலாம்.

தாய்ப்பாலை நிறுத்திவிட்டு வேறு ஆகாரத்திற்கு குழந்தையைப் பழக்கப்படுத்தும் பருவத்தில் பசியின்மை உண்டாகலாம். இரண்டாவது வயதில் குழந்தைகளுக்கு ஏற்படும் பசியின்மை குடலில் ஏற்படும் கோளாறுகளினல் தான். இதை சரிவர நிவர்த்திக்காவிடில் தேகநிலை கெட்டு க்ஷயரோகம் போன்ற நோய்கள் ஏற்பட வழியுண்டாகும். ரிக்கெட்ஸ் நோய், குடல் பூச்சி, மலச்சிக்கல்

இவைகளும் ஒருவிதத்தில் குழந்தையின் பசியைக் கெடுக்க மூல காரணமாக அமைகின்றன.

இரண்டு வயதிற்கு மேற்பட்ட சில பெண் குழந்தைகளிடம் பசியின்மை அடிக்கடி காணப்படுகின்றது. இதற்குக் காரணம் தாயார் குழந்தையின்மீது காட்டும் எல்லையற்ற அன்புதான்! அநேகமாக இக்குழந்தைகள், தாயின் ஒரே ஒரு செல்லக் குழந்தையாக இருப்பார்கள். அபரிமிதமான அன்பும், சலுகைகளும் அளிக்கப்பட்டிருக்கும். அதனால் பிடிவாதம் மேலோங்கி ஆகாரத்திலே நாட்டம் இன்றி கண்ட தின்பண்டங்களை வேளை தவறியபொழுதெல்லாம் சாப்பிட்டு தமது ஆரோக்கியத்தைக் கெடுத்துக் கொள்வார்கள்.

சிகிச்சை :—அம்மைப்பால் வைத்திருக்கையிலும், பல் முளைக்கும் பருவத்திலும் ஏற்படுகிற பசியின்மையைப் பற்றி தாயார் கவலைகொள்ளவேண்டாம். சில தினங்களில் இது தானுகவே சரியாகிவிடும். செயற்கை உணவால் போஷிக்கும் குழந்தைக்கு ஆகாரம் அளிக்கையில் இடை வேளையில் தினசரி ஒருமுறை பழரசம் போன்ற வேறு ஏதேனும் புதிய ஆகாரம் ஒன்றை அளிப்பது நலம். இதனுல் ஆகாரத்தில் அலுப்பு ஏற்படாது தவிர்க்கலாம். தாய்ப் பாலிலிருந்து குழந்தையை வேறு ஆகாரத்திற்கு மாற்றுகையில் சில தினங்கள் குழந்தை வேறு ஆகாரத்தை ஏற்க மறுத்துப் பிடிவாதம் செய்யக்கூடும். ஆனல், அதைப்பற்றி தாயார் கவலைப்படாது தாட்சண்யம் காட்டாது தாய்ப்பாலை கொடுக்காது வேறு ஆகாரத்தையே அளித்துக் கொண்டிருந்தால், பசியின்மை வேறு வழியின்றி தானே மறைந்துவிடும். 'குதிரை காய்ந்தால் வைக்கோலைத் தின்னும்' என்னும் பழமொழி, தாய்ப்பாலை மறக்க பிடிவாதம் செய்யும் குழந்தைகளுக்கு மிகவும் பொருத்தமானது!

மற்றபடி அஜீரணம், மலச்சிக்கல், குடல் பூச்சி இவைகளை முறையே சிகிச்சை செய்தால், பசி மறுபடியும் திரும்ப ஏற்பட்டுவிடும். ரிக்கெட்ஸ் நோயினல் வாதனைப்படும் குழந்தைக்கு, தினசரி இரண்டு தேக்கரண்டி அளவு

மீன் எண்ணெயும் கால்ஷியம் மாத்திரை ஒன்றும் கொடுத்து வந்தால் பசி எடுத்து உணவை நன்ருக ஏற்றுக் கொள்ளத் துவங்குவான்.

இளைத்தல்

கன்னங்கள் ஒட்டி, கண்கள் குழிவிழுந்து, கைகள் பிய்ந்து விழுந்துவிடுவதுபோன்ற பரிதாபத் தோற்றத்துடன், மார்பு எலும்புகள் 'என்னை எண்ணிக் கொள்' என்று கூவியழைப்பது போன்ற கேவலமான உடல்நிலையுள்ள அநேக குழந்தைகளை நாம் பார்க்க நேரிடுகின்றது. இவ்வாறு இளைத்துத் துரும்பாகியுள்ள குழந்தைகளைக் காணும்பொழுது, ஒரு கணம் நம் மனம் இரக்கப்படுகின்றது. 'பெற்ருேர்கள் இல்லாத குழந்தைகள் போலும், ஏழ்மையால் வாடும் குழந்தைகள் போலும்' என எண்ணி நாம் இரக்கம் கொள்கிருேம். குழந்தைகள் இளைத்துப் போவதற்கு ஏழ்மை ஒன்று மட்டுமே காரணமல்ல.

குழந்கைகள் இளைத்து துரும்பாகிவிட காரணங்கள் பின் வருவனவாகும்.

க்ஷயரோகம் என்பதுதான் குழந்தை இளைப்பதற்குக் காரணம் என சிலர் நினைக்கின்றனர். க்ஷயம் என்பது திடீரென்று வந்துவிடும் நோய் அல்ல. மேலும் அதற்கு உடம்பை உருக்கி இளைக்க வைக்கும் குணத்துடன் இருமல், ஜுரம், பசியின்மை போன்ற வேறு குறிகளும் கூடவே ஏற்படும். ஆகவே குழந்தை இளைத்துப்போனல் உடனே க்ஷயரோகம் ஏற்பட்டுள்ளது என நினைப்பது தவறு.

குழந்தை நாளுக்குநாள் இளைத்துக் கொண்டு வந்து அத்துடன் ஜுரமும், பசியின்மையும், லேசாக இருமலும் காணப்பட்டால், க்ஷயமாக இருக்கலாமோ என சந்தேகித்து உடனே வைத்தியரிடம் காட்டி சந்தேகத்தை நிவர்த்தி செய்து கொள்ளுதல் சாலச் சிறந்ததாகும்.

பிறவி மேகநோய் குழந்தையை மிகவும் இளைக்கச் செய்துவிடுவதுண்டு. வெகு நாள்பட்டு நன்ருக ஊறி

விட்ட மார்சளி, மூத்திரப் பையில் உள்ள சில கோளாறு இவைகளை கவனித்து தக்கபடி சிகிச்சை செய்யப்படா விட்டால் குழந்தையை இளைக்கச் செய்து விடுகின்றன.

குறைமாதத்தில் பிறந்ததினால் ஏற்பட்ட பலஹீனம் பிறவிக் கோளாறான பிளந்த உதடு, மூக்கடைப்பு இவைகளில் ஏதேனும் இருந்தாலும் குழந்தையால் தாய்ப் பாலை சரிவர சுவைத்து சாப்பிட இயலாது. போதிய ஆகாரம் உடலைச் சேராததினால் நாளடைவில் குழந்தை இளைத்துத் துரும்பாகிவிடலாம்.

அனுபவமில்லாத தாயார், குழந்தைக்கு தேவையான அளவு ஆகாரத்தை அளிக்காததினால், குழந்தை பட்டினியினால் இளைத்துப் போகலாம். ஆகாரத்தில் தேவைக்கு மீறிய அளவு நீர் சேர்ப்பதனாலும் குழந்தைக்கு தேவையான சத்துப் பொருள்கள் குறைந்து விடுவதனாலும் குழந்தை இளைத்துப் போகலாம். ஜீரணக் கோளாறு, பசியின்மை, பேதி, மலச்சிக்கல் இவைகள் அடிக்கடி ஏற்பட்டாலும் குழந்தையின் தேக வளர்ச்சி கெட்டு இளைத்து விடலாம்.

சிகிச்சை:—இளைத்துப் போதல் என்பது பலவிதமான காரணங்களால் ஏற்படக்கூடுமாதலால், எதனால் இளைத்துப் போகிறான் என்பதை ஆராய்ந்து அறிந்து அதற்குத் தக்க சிகிச்சை செய்வதுதான் தகுந்த முறையாகும். சந்தேகமிருந்தால் வைத்தியரிடம் காட்டி சிகிச்சை பெறுவதுதான் உத்தமம்.

7. ஈரல் குலைக்கட்டி

இந்நோயை ஆங்கிலத்தில் "இன்பான்டைல் சிர்ரோஸிஸ்" என்று அழைப்பார்கள். பெரும்பாலானவர்கள் இதைக் கட்டி என்று சுருக்கி அழைக்கிறார்கள். இந்நோய் குழந்தையின் கல்லீரல், மண்ணீரல், என்ற இரு உறுப்புகளையும் பாதித்து அவைகளை சுருங்கச் செய்து விடுவதால் சிர்ரோஸிஸ் என்ற பெயர் ஏற்பட்டுள்ளது.

கட்டி என்னும் நோய் இந்தியாவில் மட்டுமேதான் குழந்தைகளிடம் அதிகம் காணப்படுகிற தென்றும், உலகத்தின் வேறு எந்த நாட்டிலும் இந்நோய் குழந்தைகளை இவ்வளவு தீவிரமாகப் பாதிப்பதில்லை யென்றும் ஆராய்ச்சியாளர்கள் கருதுகின்றனர்.

பொதுவாக கட்டி நோய் இந்தியாவில் சென்னை ராஜதானி, வங்காளம், மத்தியப்பிரதேசம், உத்திரப் பிரதேசம், மைசூர், ஹைதராபாத், திருவிதாங்கூர், கொச்சி முதலிய இடங்களில் அதிகமாகக் காணப்படுகின்றது. பம்பாயில், பாஞ்சாலம், ராஜபுதனம், சிந்து, அஸ்ஸாம் முதலிய இடங்களில் மிகவும் குறைவாகக் காணப்படுகின்றது.

சென்னை ராஜதானியை எடுத்துக் கொண்டு பார்த்தால் சென்னை, திருச்சிருப்பள்ளி, மதுரை, கோயம்புத்தூர், தஞ்சாவூர் முதலிய இடங்களிலும், கஞ்சம், குண்டூர், கிழக்கு கோதாவரி, மேற்கு கோதாவரி முதலிய இடங்களிலும் மிகவும் அதிகமாக குழந்தைகளிடம் பரவியுள்ளதைக் காணலாம்.

சில வருஷங்களுக்கு முன்பு டாக்டர். திருமூர்த்தி அவர்களும், டாக்டர். நாராயணமூர்த்தி அவர்களும் இந்நோயைப் பற்றி ஆராய்ச்சி செய்து, கீழ்க் கண்டதொரு புள்ளி விவரத்தை சமர்ப்பித்தனர்.

ஊர்களின் பெயர்	எண்ணிக்கை	ஊர்களின் பெயர்	எண்ணிக்கை
சென்னை	64	மைசூர்	5
புதுக்கோட்டை	10	பங்களூர்	8
கும்பகோணம்	4	சித்தூர்	8
தஞ்சை	32	அனந்தப்பூர்	8
ஸ்ரீரங்கம்	4	கோலார்	8
திருச்சி	44	கடப்பா	4
மதுரை	38	ஒன்கொல்	4
சேலம்	16	குண்டூர்	16
திருவனந்தபுரம்	4	கிருஷ்ணா	8

ஊர்களின் பெயர்	எண்ணிக்கை.	ஊர்களின் பெயர்	எண்ணிக்கை.
விழுப்புரம்	4	மேற்குகோதாவரி	20
திருநெல்வேலி	4	கிழக்குகோதாவரி	32
வடஆற்காடு	20	கோவூர்	8
தென் ஆற்காடு	4	ஹைதராபாத்	4
கோயம்புத்தூர்	32	பூனா	4
		கஞ்சம்	16

காஷ்மீர், அஸ்ஸாம் முதலிய பிரதேசங்களில் இந்நோய் மிகவும் அபூர்வம்.

நோயின் காரணம் :— இந்த நோய் எதனுல் ஏற்படுகிறது? ஏன் ஏற்படுகிறது? என்று ஆராய்ச்சியாளர்கள் இதுவரை நிச்சயமான காரணத்தைக் கண்டுபிடிக்க முடியவில்லை. ஆனுல் இந்நோயினின்று சில குறிப்பிட்ட விஷயங்களை மட்டும் கண்டு பிடித்துள்ளார்கள். அவை பின் வருவனவாகும்.

இந்நோய் முக்கியமாக இந்து சமூகத்தின் குழந்தைகளிடம் அதிகம் காணப்படுகின்றது. அதிலும் மிகவும் முக்கியமாக பிராமண வகுப்பினரின் குழந்தைகளிடமேதான் காணப்படுகின்றது. ஆங்கிலோ இந்தியர், இஸ்லாமியர் இவர்களின் குழந்தைகளுக்கு இந்நோய் ஏற்படுவது மிகவும் அபூர்வம். ஆந்திரர், மலையாளிகள், கன்னடர் முதலியவர்களைக் காட்டிலும் தமிழர்களின் குழந்தைகளே இந்நோய்க்கு அதிகம் இலக்காகின்றனர்.

இரண்டாவதாக இந்நோய் பொதுவாக ஆண் குழந்தைகளுக்கே அதிகம் ஏற்படுகின்றது. ஆராய்ச்சியாளர்கள் சேகரித்த ஒரு புள்ளிவிவரத்தில், நோயுற்ற 445 குழந்தைகளில் 272 ஆண் குழந்தைகளாகவும், 173 பெண் குழந்தைகளாகவும் இருந்தனர். இந்த இன வேற்றுமைக்குக் காரணம் விளங்கவில்லை.

மூன்ருவதாக இந்நோய் பெரும்பாலும் குழந்தைப் பருவத்திலேயே வருகிறது. ஆருவது மாதத்திலிருந்து இரண்டு வயதிற்குள்ளேதான் இது குழந்தைகளைப் பிடித்

துக் கொண்டு விடுகின்றது. நோய் தீவிரமாக வந்துள்ள குழந்தைகள், அநேகமாக 2½ வயதைத்தாண்டு முன்பே மரண மடைந்து விடுகின்றனர். ஆருவது வயதிற்கு பின் பும், மூன்ருவது வயதிற்கு மேலும் இது குழந்தைகளைப் பாதிப்பதில்லை.

இந்நோயுற்ற குழந்தைகளின் ஆகாரத்தைப்பற்றி ஆராய்ந்தால் அநேகமாக இவர்கள் தாய்ப்பால், புட்டிப் பால், பசும்பால், ஜவ்வரிசி கூழ் அவைகளில் ஏதேனும் ஒன்ருல் போஷிக்கப்பட்ட குழந்தைகளாக இருப்பார்கள். கட்டி நோய் ஏழ்மையில் வாடும் குழந்தைகளிடம் காணப்படுவதேயில்லை. பெரும்பாலும் நடுத்தர வகுப்பின ரின் குழந்தைகளுக்கே தான் ஏற்படுகின்றது. ஆகவே, குறிப்பிட்ட ஒரு ஆகாரத்திஞல் தான் என்ருே, சத்துள்ள உணவுக் குறைவிஞல் என்ருே, ஆகாரத்தையோ வாழ்க்கைத் தரத்தையோ நோய்க்கு காரணமாக குறை கூற முடியாது.

ஆஞலும் ஆராய்ச்சியாளர்கள் சில தாய்ப்பாலில் ஒருவித விஷப்பொருள் இருப்பதாகவும், அந்த விஷம் குழந்தைக்கு இந்நோயை உண்டாக்கி விடுவதாகவும் கருதுகின்றனர். இதற்கு ஓரளவு ஆதாரம் உள்ளது; என் எனில், ஒரு குடும்பத்தில் இந்நோய் அடுத்தடுத்து வரி சையாகப் பிறக்கும் எல்லாக் குழந்தைகளிடமும் ஏற்படு வதைக் காணலாம். அக்குடும்பத்து தாய், வைத்தியர் ஆலோசனைப்படி ஏதாவது ஒரு குழந்தையை பிறந்ததிலி ருந்து தாய்ப்பால் கொடுக்காது செயற்கை போஷணையால் வளர்த்தால் அந்த குழந்தைக்கு இந்நோய் ஏற்படுவ தில்லை. ஆகவே சில தாயாரின் தாய்ப்பாலுக்கு இந் நோயை உண்டாக்கும் விஷத்தன்மை உள்ளது என ஆராய்ச்சியாளர்கள் நினைக்கின்றனர்.

இதற்கு இன்னொரு ஆதாரமும் அவர்கள் காட்டு கின்றனர். குறிப்பிட்ட ஒரு குடும்பத்தில் கணவருக்கு இரு மனைவியர் இருந்தனர். ஒரு மனைவியின் தாய்ப்பாலி ஞல் போஷிக்கப்பட்ட குழந்தைகள் ஒவ்வொன்றும் ஈரல் குலைக்கட்டியிஞல் இரண்டு வயதுவரை வருந்தி இறந்து

போயிற்று. நான்கு குழந்தைகளை கட்டிநோயால் அந்த தாய் இழந்துவிட்டாள். மற்றொரு மனைவியின் குழந்தைகள் மிகவும் ஆரோக்கியமாக வளர்ந்தனர்.

கடைசியாக இந்நோய் ஒரு தொத்து நோய் அல்ல என்பதை யாவரும் அறிந்துகொள்ள வேண்டியது முக்கியம். அண்ணன், தம்பி இருவரும் ஒன்றாக வாழும் சில குடும்பங்களில் அண்ணன் குழந்தைக்கு இந்நோய் வந்திருக்கலாம். அதே பால் பாத்திரம், பால் புகட்டும் சங்கு முதலியவற்றை நன்றாக சுத்தப்படுத்தாது, கவனக்குறைவாக தம்பி மனைவி தன் குழந்தைகளுக்கு உபயோகிக்க நேரலாம். இந்நோய் அதனால் அந்த குழந்தைகளுக்கு ஒட்டிக்கொண்டு வந்துவிடுவதில்லை.

நோயின் அறிகுறி :—இந்நோயை மூன்று பிரிவுகளாகப் பிரிக்கலாம்.

முதல் நிலை :—பார்வைக்கு நோய் வந்துள்ள அறிகுறி ஏதும் வெளியே தெரியாது. குழந்தை ஆரோக்கியமாகக் காணப்படுவான். ஆகாரத்தை உட்கொள்ளுவான்; விளையாடுவான். சில சமயம் நோய் வந்துள்ள குழந்தையிடம் அளவுக்கு மிஞ்சிய விளையாட்டுகளைக் காணலாம். எப்பொழுதாவது ஒரு சமயம் வாந்தி எடுப்பான். அதைத் தாயார் அஜீரணம் என்று தவறாக எண்ணிக்கொள்வது இயல்பே. அடிக்கடி பேதியும், மலச்சிக்கலும் மாறிமாறி ஏற்படும். அடுத்தபடியாக, வயிறு சிறிதளவு உப்பிக் காணப்படும். அத்துடன் பள்ளமாகியிருந்த தொப்புள், வெளியே உப்பிக்கொண்டு காணப்படும். தொடர்ந்தாற் போல் முகத்தில் லேசான வீக்கமும், மூத்திரக் கட்டும் ஏற்படுகின்றன. நல்ல சிவந்த நிறமுடைய குழந்தையாக இருந்தால் சர்மம் ஒளிமங்கி பழுப்பு நிறமாக மாறிவிடும். குழந்தை கழிக்கும் மூத்திரத்தை தரைமீது துடைக்காது அப்படியே உலரவிட்டிருந்தால், வெண்மையானதொரு கறை தரைமீது படிந்திருப்பதைக் காணலாம்.

இரண்டாவது நிலை:—வயிறு அதிகம் உப்பிக் காணப்படும். பசி மிகவும் மிதமாகிவிடும். இந்நிலையில் சில குழந்

தைகள் மண் கல், கரி, சுண்ணும்பு போன்றவைகளைக் கடித்துத் தின்பதைக் காணலாம். வாந்தி, பேதி, குமட்டல் முதலியன அதிகம் இருக்கும். வாய் முழுவதும் புண்ணுகிவிடலாம். மலச்சிக்கல் வேறு தொந்தரவு கொடுத்துக்கொண்டிருக்கும். குழந்தை கழிக்கும் மலத்தின் நிறம் மாறுதலாகக் காணப்படும். சில குழந்தைகளுக்கு தினசரி சாயங்கால வேளைகளில் காய்ச்சல் லேசாக அடிப்பதுண்டு. விளையாட்டில் மனமின்றி, சிணுங்கிய வண்ணம் சதா தாயாருக்கு அதிக தொந்தரவு கொடுத்துக்கொண்டிருப்பான். அநேகமாக தாயார் இந்த இரண்டாவது நிலையின் பொழுதுதான் குழந்தைக்கு நோய் ஏற்பட்டுள்ளதை அறிந்து கொள்ளுகிருள். ஜுரம், வாந்தி, பேதி என்ற ஏதோ ஒரு காரணத்திற்காக வைத்தியரிடம் ஆலோசனை கேட்கப் போகையில் எதேச்சையாக குழந்தையின் உண்மை நோயை வைத்தியர் கண்டுபிடித்து தாயாரிடம் கூறுகின்ருர். குழந்தையின் வயிற்றின் மீது கை வைத்துப் பார்த்தால், கல்லீரல் வீங்கியிருப்பதை உணரலாம். மண்ணீரலும் கூட வீங்கியிருப்பதை அறியலாம். நல்ல வெள்ளை நிறமான குழந்தைகளுக்கு இந்நிலையில், வயிற்றின்மீது பச்சைக்கோடுகள் வரைந்தாற் போல் நாளங்கள் தடித்திருப்பது சர்மத்தின் மீது நன்கு தெரியும். மூத்திரப் போக்கு மிகவும் குறைந்திருக்கும். மலத்தில் நுரை அதிகமாகக் காணப்படும். இந்நிலையில் நிமோனியா போன்ற நோய் ஏற்பட்டால் குழந்தை மரணமடையக் கூடும்.

மூன்ருவது நிலை :—வீங்கியிருந்த கல்லீரல், சுருங்க ஆரம்பிக்கின்றது. இந்தச் சமயம் அநேக தாய்மார்கள் கட்டி கரைந்துவிட்டது என எண்ணி நோய் குணமடைந்ததாகத் தவருக எண்ணிக் கொள்கிருர்கள். கல்லீரல் சுருங்க ஆரம்பித்ததும் கால்களின் பாதங்கள்மீது நீர்ப் பிடிப்பு காணத்துவங்கி அது மெல்ல அதிகரிக்கின்றது. அத்துடன் வயிற்றிலும் நீர் தேங்க ஆரம்பிக்கின்றது. மூத்திரம் மிகவும் குறைவாகவே சிரமத்துடன் வெளியாகும். கண்களில் நீர் சுரந்துகொண்டு வெளிச்சத்தைப் பார்க்க கண்கள் கூசுகின்றன. இமைகளில் சில சமயம் புண்களைக் காணலாம். இந்த நிலையில் சில குழந்தை

களுக்கு உடல் முழுவதும் மஞ்சள் நிறம் பரவிக் காமாலை யும் கூடச்சேர்ந்து விடுவதுண்டு. மலச்சிக்கல் அல்லது பேதி தொந்தரவு கொடுத்துக்கொண்டிருக்கும். எப்பொழுதும் உடலில் லேசான காய்ச்சல் வீசிக்கொண்டிருக்கும். குழந்தை மூச்சுத்திணறிக் கொண்டு மிகவும் வேகமாக சுவாசித்துக் கொண்டிருப்பான். இந்த மூன்றுவது நிலையை அடைந்த குழந்தை பிழைப்பது மிகவும் அரிது. அநேகமாக இந்நிலைக்கு வந்துள்ள குழந்தைகள், திடீரென்று இரத்தமாக வாந்ியெடுத்து சில மணிநேரங்களில் மரணமடைகின்றனர். இல்லாவிடில் மஞ்சள் காமாலையும் ஜுரமும் ஏற்பட்டு அத்துடன் வலிப்புக் கண்டு, உணர்விழந்து மரணம் எய்தலாம். வயிற்றில் நீர் தேக்கம் அதிகரித்ததும் அதனால் மூச்சு முட்டல் ஏற்பட்டு இருதயம் நின்றுவிடலாம். இந்நோயால் மரணமடையும் குழந்தை, வைத்தியர், தாயார், மற்ற உறவினர் எல்லோர் உள்ளத்திலும் என்றென்றும் மறக்க முடியாத ஒரு இரக்கத்தை உண்டு பண்ணிவிட்டு செல்லுகின்றது என்றால் மிகையேயில்லை.

"எவ்வளவு அழகான குழந்தை; எவ்வளவு சாமர்த்தியமாகப் பேசி விளையாடி எல்லோரையும் களிக்கச் செய்தான்! வியாதியினால் எவ்வளவு கஷ்டப்பட்டு மரணமடைந்தான்!" என தாயார் தீராத ஒரு மன வருத்தத்தை அடைவது இயல்பே. "வருஷந்தோறும் பல நூற்றுக்கணக்கான குழந்தைகள் இந்த கொடிய நோயினால் இறக்கின்றனரே; இவர்களை மரணத்தினின்று காக்க இன்னமும் ஒரு வழியும் புலப்படவில்லையே; வைத்தியக் கலையில் அறிய வேண்டியவை இன்னமும் எவ்வளவோ இருக்கின்றன!" எனவியப்பும், வருத்தமும் இக்குழந்தைகளுக்கு சிகிச்சை செய்யும் வைத்தியர் அடைவது மிகவும் இயற்கையே.

சிகிச்சை :— இந்நோய் மூன்றும் நிலையை அடைந்த பின் செய்வதற்கு ஒன்றும் இல்லை. ஒரு குடும்பத்தில் பிறக்கும் சில குழந்தைகளுக்கு ஒன்றன்பின் ஒன்றாக இந்நோய் ஏற்படுவதை அறிந்தால் வைத்தியர், அதற்குப் பிறகு பிறக்கும் குழந்தைகளையாவது இந்நோய் வராது தடுத்து வளர்க்க ஆலோசனை சொல்லக்கூடும்.

தாய்ப் பால்தான் இந்நோய்க்கு காரணம் என சந்தேகித்தால், மற்ற குழந்தைகளை தாய்ப்பாலினால் போஷிக்காது செயற்கை உணவினால் போஷித்து நோய் வராது காப்பாற்ற முயற்சிக்கலாம். பழரசம், வைட்டமின் என்ற சத்துப் பொருள்கள் குழந்தைக்கு அதிகம் கொடுத்து வளர்க்கவேண்டும். ஆகாரத்தில் தாயார் அதிக கவனம் செலுத்த வேண்டும். சிறு சந்தேகம் ஏற்பட்டாலும் உடனே வைத்தியரிடம் காட்டி, தக்க சிகிச்சை செய்வித்தால் அநேகமாக இந்நோய் ஏற்படாது தடுத்துவிட முடியும். மலச்சிக்கல் என்பதே இல்லாது வளர்த்தால் இந்நோய் ஏற்படாது தடுத்துவிட முடியும் என சில வைத்தியர்கள் கருதுகிறார்கள். ஆகவே பொதுவாக எல்லா குழந்தைகளையும் தாயார் மலச்சிக்கல், அஜீரணம் முதலிய தொந்தரவுகள் ஏற்படா வண்ணம் ஜாக்கிரதையாக வளர்க்க வேண்டும் என்று மட்டும் கூற விரும்புகிறோம்.

மருந்துகள்:—அம்மோனியம் குளோரைட்., பாதரசம் போன்ற மருந்துகளும், காளமேகா என்னும் மரப்பட்டையினின்று தயாரித்த திரவமும், அநேக வைத்தியர்கள் இந்த நோய்க்கு மருந்தாக உபயோகிக்கின்றனர். கட்டி மருந்துகள் என கடைகளில் விற்கப்படும், மருந்துகள் பூரண குணத்தை கொடுக்கின்றன என்று சொல்வதற்கில்லை. தாயார் தானே இந்நோய்க்கு மேற்கூறிய கட்டி மருந்துகளை வாங்கி உபயோகிப்பதைவிட குழந்தை வைத்தியத்தில் தேர்ச்சிபெற்ற வைத்தியரிடம் காட்டி சிகிச்சை செய்விப்பதுதான் தகுந்த முறையாகும். தற்கால வைத்தியர்கள், டெர்ராமைசின் எனும் மருந்தை குழந்தைக்கு நோயின் முதல் நிலையிலேயே உபயோகித்து ஓரளவு வெற்றி கண்டிருக்கிறார்கள். ஆனால் இந்நோய்க்கு இன்னமும் சரியான சிகிச்சை முறை வைத்தியக் கலையில் கண்டு பிடிக்கப்படவில்லை. இந்நோய் வருங்கால வைத்தியர்களின் சிந்தனைக்கு ஏற்ற விஷயமாக இன்னமும் இருந்துகொண்டிருக்கிறது. வருங்கால வைத்தியர்களில் யாரேனும் ஒருவர் நோயின் காரணத்தையும், அதற்கு தக்க சிகிச்சையும் கண்டு பிடிப்பாராக! பல ஆயிரக் கணக்கான தாயார்களின் சார்பாக அவரை நாம் வாழ்த்துவோம்!

8. உணவில் உள்ள குறைகளினுல் ஏற்படும் நோய்கள்

வளர்கின்ற குழந்தையின் ஆகாரத்தில் சத்துப் பொருள்கள் நிறைந்தனவாக இருக்கவேண்டும். உடல் நன்ருக வளர்ச்சி பெற்று ஆரோக்கியத்துடன் உறுப்புகள் இயங்க சில சத்துப் பொருள்கள் இயற்கையாகவே தேவையாகின்றன. அவைகள் புரதம், கொழுப்புப் பொருள், மாவுப் பொருள், உப்புகள், வைட்டமின்கள் முதலியன ஆகும்.

உணவில் உள்ள சத்துப்பொருள்கள்

புரதம் :—அழிந்து போகும் உடல் அணுக்களைப் புதுப்பிக்கவும் உடலுக்கு சக்தியை ஊட்டவும் புரதம் தேவையாகின்றது. பால், முட்டை, மாமிசம், பட்டாணி இவைகளில் புரதச் சத்து அதிகம் உள்ளது. குழந்தையின் ஆகாரத்தில் பால், பருப்பு, பட்டாணி, கோதுமை போன்றவைகளை அதிகம் சேர்ப்பது நலம்.

கொழுப்புப் பொருள் :— இது தேக உஷ்ணத்தைப் பாதுகாக்க உதவுகிறது. வெண்ணெய், பால், எண்ணெய், மாமிசம் இவைகளில் இப்பொருள் அதிகம். குழந்தையின் ஆகாரத்தில் இவை ஓரளவுக்குத் தேவை. எளிதில் ஜீரணிக்கக் கூடிய கொழுப்புப் பொருள் கொண்ட பால் வளரும் குழந்தைக்கு அதிகம் அளிக்கப்பட வேண்டும். ஒரு வயதிற்கு மேற்பட்ட குழந்தையின் ஆகாரத்தில் நெய், வெண்ணெய் முதலியவற்றை அளவோடு உபயோகிக்கலாம்.

மாவுப் பொருள் :—உடலுக்குத் தேவையான சக்தியை சீக்கிரம் உற்பத்திசெய்து கொடுக்கின்றனவாதலால் இதுவும் உடல் வளர்ச்சிக்குத் தேவை. அரிசி, கிழங்குகள் தானியங்கள் இவைகளில் மாவுப் பொருள் அபரிமிதமாக இருக்கின்றது. அரிசியையே முக்கிய உணவாக உண்ணும் தென் இந்தியர்களுக்கு உணவில் மாவுப் பொருள்

சேர்க்க வெண்டும் என்று கூற வேண்டியதில்லை. ஆகாரத்தில் மிதமிஞ்சி மாவுப் பொருளை சேர்ப்பதினால், குழந்தையின் உடல் வளர்ச்சிக்கு கேடு ஏற்படுகின்றது. மாவுப் பொருளுக்கு புரத சத்தைப் போன்று நல்ல வலுவான தேக வளச்சியை உண்டு பண்ணும் சக்தி குறைவு. ஆகவே, குழந்தையின் உணவிலே அதிகம் மாவுப்பொருள் சேர்க்காதிருப்பது நலம். அரிசிச் சோறு, வாழைக்காய்கறி, உருளைக்கிழங்கு சாம்பார் என்று சில சமயம் தாயார் உணவை ஒரே மாவுப் பொருள் மயமாக சமைத்துவிடுவதுண்டு. வளரும் குழந்தைக்கு அளிக்கும் ஆகாரத்தில் எல்லாவிதமான சத்துப் பொருள்களும் ஏறக்குறைய ஒன்று கலந்து இருக்க வேண்டும். அவ்வாறு திட்டமிட்டு சமைத்து அளிப்பதுதான் சிறந்ததாகும். உருளைக் கிழங்கை சாதத்துடன் கலந்து அளிப்பதைவிட புரதம் அதிகமான கோதுமை ரொட்டி, பூரி இவைகளுடன் சேர்த்து அளிப்பதே நலம். தென் இந்தியாவில் வாழும் தமிழர்களுக்கு கோதுமை உணவு அவ்வளவாகப் பிடிப்பதில்லை. அரிசி சோற்றிலே குழந்தைக்கு ஆசை ஏற்படு முன், சிறு பிராயத்திலிருந்து தாயார் கோதுமை உணவை அளித்துப் பழக்கப் படுத்துவது நலம். தினசரி மூன்று வேளைகளும் கோதுமையை உட்கொள்ளா விடினும் ஒருவேளை உணவிலாவது கோதுமையைச் சேர்த்தால் குழந்தை ஆரோக்கியமாக வளர்வான். அரிசியைக் காட்டிலும் கம்பு, கேழ்வரகு, சோளம் முதலிய தானியங்களில் புரதம் மிகுந்து இருப்பதால் இவைகளையும் குழந்தையின் உணவிலே அப்போதைக் கப்போது சேர்த்தால் மிகவும் பயன் ஏற்படும். சோள ரொட்டி, கம்பு அடை, கேழ்வரகுக்கூழ் இவைகள் ஓடியாடும் பருவத்துக் குழந்தைகளுக்கு மிகவும் சத்தான உணவாக அமையும்.

உப்புகள்:—கால்ஷியம், பாஸ்பரஸ் முதலிய உப்புகளும் இரும்பு, செம்பு முதலிய உலோகப் பொருள்களும் ஓர் அளவு ஆகாரத்தில் தேவை. கால்ஷியம் தசைகளுக்கு நல்ல சக்தியைக் கொடுப்பதுடன் பல், எலும்பு இவைகள் உறுதியுடன் வளர்வதற்கும் அவசியமாகின்றது. இரும்பு, செம்பு போன்ற உலோகப் பொருள்கள் இரத்த அபி

விருத்திக்கு தேவை. பாஸ்பரஸ் உப்பும் பல், எலும்புகள் முதலியன உறுதியுடன் வளரத் தேவையாகின்றது.

பால், அவரைக்காய் முதலியவற்றில் கால்ஷியம் அதிகம் இருக்கின்றது. உப்பு, பால், கோழி மாமிசம் முதலியற்றில் பாஸ்பரஸ் அதிகம் இருக்கின்றது. கீரை, அவரைக்காய், பட்டாணி முதலிய காய்கறிகளில் இரும்பு சத்து அதிகமாக இருக்கின்றது.

உணவைக் கடித்து உண்ணும் பருவத்தை அடையாத சிறு குழந்தைக்கு, தினசரி அளிக்கும் ஆகாரத்துடன் மீன் எண்ணெய், பழ ரஸம் இவை இரண்டும் அளவோடு அளித்து வந்தால் ஆரோக்கியமாக வளர உதவியாக இருக்கும். ஆகாரத்தைக் கடித்து உண்ணும் பருவத்துக் குழந்தைக்கு ஆகாரத்தில் நல்ல சத்துப் பொருள்கள் அதிகம் தேவை. பருப்பு, நெய், கீரை, காய் கறிகள் முதலியவற்றை சாதாரணமாக ஆகாரத்தில் சேர்க்க வேண்டும். அரிசியுடன் கோதுமை, ராகி, சோளம் இவைகளைக் கலந்து உணவாக அளிக்க வேண்டும். இதைத் தவிர தினசரி இரண்டு தேக்கரண்டி அளவு மீன் எண்ணெய் கொடுப்பதுடன், குறைந்தது ஒரு ஆழாக்காவது பால் ஒவ்வொரு குழந்தைக்கும் அளிக்க வேண்டும். வளரும் பருவத்திலே பால் என்பதையே கண்ணால் பாராது வளர்ந்துவிட்டுப் பிறகு, அண்டா நிறையப் பாலைக் குடித்தும் பயன் இல்லை. எலும்பு நன்ருக வளர்வதற்கும், பற்களில் சொத்தை ஏற்படாது உறுதியுடன் இருப்பதற்கும் குழந்தைக்குப் பால் மிகவும் அவசியம். சைவ உணவு உண்ணும் பழக்கமுடையவர்களுக்கு, பால் ஒன்றின் மூலமாகத்தான் தேவையான கால்ஷியம், புரதம், கொழுப்புப் போன்ற சத்துக்களை அடைய முடியும். ஆகவே குழந்தைக்குச் சுமார் பத்து வயது வரையாவது தினசரி படுக்கப் போகுமுன் ஒரு ஆழாக்குப் பால் பருகுவதற்கு அளிக்க வேண்டும். இத்துடன் தினசரி ஏதாவது பழ வகை ஒன்றை குழந்தைக்கு தின்னக் கொடுப்பது மிகவும் நன்மை பயக்கும். ஆரஞ்சு, தக்காளி, திராக்ஷை, வாழை போன்ற பழங்களில் ஏதேனும் ஒரு வகை சாப்பிடக் கொடுத்தால் ஆரோக்கியமான உடல் வளர்ச்சிக்குப் பெரும் உதவியாகும்.

வைட்டமின்கள்:—இவைகளை ஜீவசத்துக்கள் என்று அழைப்பார்கள். இவை குழந்தையின் உடல் வளர்ச்சிக்கு மற்ற சத்துப்பொருள்களைக் காட்டிலும் மிகவும் தேவை என்றால் இதுபற்றி அதிகம் விவரிக்கத் தேவையில்லை.

வைட்டமின்கள் நம்மைச் சுற்றிலும் இயற்கையில் எங்கும் மலிந்துகிடக்கின்றன. இவைகள் தேவையான அளவு உணவில் இல்லாவிடில் சில குறிப்பிட்ட நோய்கள் அதனால் குழந்தைக்கு ஏற்படக்கூடும். வைட்டமின்களுக்கு முறையே எ, பி, சி, டி, இ, கே, என்று பெயர்கள் கொடுக்கப்பட்டிருக்கின்றன.

வைட்டமின் ஏ:—இந்த வைட்டமினுக்கு, தொண்டை, காற்றுக்குழல், கண்முதலிய உறுப்புகளுக்கு நோய் வராது தடுப்பதினால் இதை வைத்தியர்கள் நோய் தடுக்கும் வைட்டமின் என அழைக்கிறார்கள். இத்துடன் குழந்தையின் உடல் வளர்ச்சிக்கும் இது அவசியமான பொருள். இந்த வைட்டமின் உணவில் போதிய அளவு இல்லாவிடில், குழந்தையின் ஆரோக்கியம் கெட்டு, சளி, மார்சளி, இருமல், கண்வலி முதலிய நோய்கள் எளிதில் ஏற்பட்டு சீக்கிரம் குணமாகாது தொந்தரவு அளித்துக் கொண்டிருக்கும். வைட்டமின் ஏ மிகவும் குறைவாக ஆகாரத்தில் இருந்தால், குழந்தைக்கு மாலைக்கண் என்னும் நோய் ஏற்பட்டுக் குருடாகவும் போய்விடலாம்.

இந்த வைட்டமின் கொழுப்பில் கரைந்து கொண்டு விடும் தன்மையுடையது. இது உள்ள ஆகாரப் பொருள்களை நன்றாக கொதிக்கவைத்தால் வைட்டமின் கெடுவதில்லை. பால், தயிர், வெண்ணெய் மீன் எண்ணெய், கீரை, நன்றாகப் பழுத்த பழங்கள், காரட்கிழங்கு இவைகளில் வைடமின் ஏ அபரிமிதமாக உள்ளது. வளரும் குழந்தைக்கு சுமார் 2000 அல்லது 2500 யூனிட் அளவு தினசரி வைட்டமின் ஏ தேவையாகின்றது எனக் கண்கிட்டுள்ளார்கள். ஆகவே குழந்தையின் தினசரி உணவில் தாயார் பால், கீரை, பழங்கள், தயிர், வெண்ணெய்முதலியவற்றை தாராளமாகச் சேர்க்க வேண்டும். வைட்டமின்

ஏ உணவில் போதாது போய்விடலாம் என்ற சந்தேகத்திற்கு இடமே வைக்காது சைவ உணவு அருந்துகிறவர்கள் தங்கள் குழந்தைக்கு தினசரி, ஒரு வேளையாவது இரண்டு தேக்கரண்டி அளவு மீன் எண்ணெய், சுமார் பத்து வயதுவரை கொடுத்துக்கொண்டே இருப்பது மிக மிக நல்லது.

வைட்டமின் பி :— இது ஒரு தனிப்பட்ட வைட்டமின் சத்து அல்ல. இதற்குள் இரண்டு பெரும் தனி வைட்டமின்கள் உள்ளன. அவைகள் முறையே பி^{1} என்றும் பி^{2} என்று பெயரிட்டு அழைக்கப்படுகின்றன.

பி^{1} என்பதை தையோமின் என்று கூறுவார்கள். பி^{2} என்பதற்குள் இரண்டு சிறு வைட்டமின்கள் இருக்கின்றன. அவைகளுக்கு ரிபோபிளேவின், நிக்கோடினிக் ஆசிட் என்று முறையே பெயர். வைட்டமின் பி தண்ணீரில் கரையும் தன்மையுடையது. சூடாக்கிஞல் கெடுவதில்லை. ஆகாரத்தில் சிறிதளவு கூட வைட்டமின் பி இல்லாவிடில், 'பெரி பெரி' என்ற நோய் உண்டாகும். கால் குடைச்சல், தேகச் சோர்வு, இருதயம் பலஹீனமடைதல் முதலியன வைட்டமின் பி ஆகாரத்தில் போதாவிட்டால் ஏற்படுகின்றன. சுமார் 700 இருந்து 900 மைக்கிரா கிராம்கள் தினசரி நமது உணவில் தேவை என்று ஆராய்ச்சியாளர் கணக்கிட்டுள்ளார்கள். பழுத்த பழங்கள், ஈஸ்ட் எனப்படும் காடி, முளை கட்டியுள்ள கொத்துக்கடலை, பயறு, உளுந்து போன்ற தானியங்களிலும், அரிசித் தவிடு, பச்சைக் காய்கறிகள் முட்டை, கல்லீரல் முதலியவற்றிலும் வைட்டமின் பி அதிகம் இருக்கின்றது.

ரிபோபிளேவின், நரம்பிற்கும் கல்லீரலுக்கும் ஏற்படும் வியாதிகளைத் தடுக்கவும் வாயில் ஏற்படுகிற குழிப்புண்களை குணப்படுத்தவும் உதவும். இது தினசரி 2000 மைக்கிரே கிராம் குழந்தையின் ஆகாரத்தில்தேவை. கீழே கண்ட பொருள்களில் இந்த வைட்டமின் அதிகம் உள்ளது. அவை பால், பட்டாணி, ஆட்டுக்குட்டியின்

இறைச்சி முதலியன ஆகும். ஈஸ்ட் எனும் காடியில் ரிபோபிளேவின் அதிகம் உள்ளது.

நிக்கோடினிக் ஆசிட் :—இது பெல்லாகிரா எனும் நோய் ஏற்படாது தடுக்கும். குறைந்தது நாள் ஒன்றுக்கு 18 அல்லது 20 மிலிகிராம் நிக்கோடினிக் ஆசிட் உணவில் தேவை. பால், கோழிமுட்டை, ஆட்டுக்கல்லீரல் இவை களில் இந்தப் பொருள் அதிகம் உள்ளது.

வைட்டமின் சி:—இது வளரும் குழந்தைக்கு மிகவும் முக்கியமான வைட்டமின். போதிய அளவு உணவில் இது இல்லாவிடில் பல் எகிறு வீங்கி, இரத்தக் கசிவு ஏற் பட்டுப் பற்கள் ஆட்டங் கொடுத்து நாளடைவில் விழுந்துவிடும். இரத்தக் குழல்கள் உறுதியாக இருப்ப தற்கும் இந்த வைட்டமின் மிகவும் தேவை. இதுஉணவில் இல்லாவிடில் இரத்தகுழல்கள் பலஹீனமடைந்து இரத்த குழலின் சுவர்வழியே கசிந்து வெளியே சதைக்குள் பாய்ந்துவிடுகிறது. இவ்வாறு ஏற்படும் தொந்தரவு சர் மத்தின் மீது அம்மை வார்த்தது போன்ற நீல நிறத் தளும்புகளாகக் காணப்படும். வைட்டமின் சி இல்லாததி னல் குழந்தைக்கு ஏற்படும் நோய்க்கு 'ஸ்கர்வி' எனப் பெயர். அதைப்பற்றி விவரமாக பின் அத்தியாயத்தில் விளக்கிக் கூறப்பட்டிருக்கிறது. வைட்டமின் சி, உஷ் ணத்தைத் தாங்க முடியாத பொருள். சமைத்த ஆகாரத் தில் இதன் சத்து அழிந்து விடுகின்றது. ஆரஞ்சு, திராட்சை, காலிபிளவர், தக்காளி, பட்டாணி, நெல்லிக் காய், எலுமிச்சை இவைகளில் வைட்டமின் சி அதிகம் உள்ளது. நாள் ஒன்றுக்கு குழந்தையின் ஆகாரத்தில் குறைந்தது 30 மிலிகிராம் அளவாவது வைட்டமின் சி தேவை.

வைட்டமின் டி :—இது ரிக்கெட்ஸ் எனும் வியாதி வராது தடுத்து எலும்புகளை உறுதியுடனிருக்கச் செய் கின்றது. நாள் ஒன்றுக்கு 400 லிருந்து 800 யூனிட்டு கள் இந்த வைட்டமின் வளரும் குழந்தையின் உண வில் கட்டாயம் இருக்க வேண்டும். வெண்ணெய், முட்டை, மீன் எண்ணெய், பால் இவைகளில் இந்தச் சத்துப்பொருள் அதிகம் உள்ளது.

வைட்டமின் இ:—தாயார் கர்ப்பமாக இருக்கையில் கருச்சிதைவைத் தடுத்து, குழந்தை ஆரோக்கியமாகப் பிறக்க தேவையாகின்றது. காய்கறிகள், பால் இவைகளில் இது அதிகம் உள்ளது. கர்ப்பமாக இருக்கையில் ஒவ்வொரு தாயாருக்கும் உணவில் இந்தப் பொருள் மிகவும் அவசியம்.

வைட்டமின் கே:—பிறக்கும் குழந்தைகளுக்கு ஏற்படும் இரத்தப் பிரவாக நோய்களைத் தடுக்க இந்த வைட்டமின் பெரிதும் உதவுகிறது. மீன் எண்ணெயில் வைட்டமின் கே அதிகம் உள்ளதாக கணக்கிட்டுள்ளார்கள். கர்ப்பமாக இருக்கையில் தாயார் தனது உணவில் போதிய அளவு வைட்டமின் கேயை உட்கொண்டால், பிறந்த குழந்தைக்கு ஏற்படும் இரத்தப் பிரவாகத்தை முன்கூட்டியே தடுக்கலாம் என சில வைத்தியர்கள் கருதுகின்றனர். அதனுல் கஷ்டப் பிரசவமாகலாம் என சந்தேகிக்கும் சமயங்களில் தாயாருக்கு பிரசவத்திற்கு முதல் நாளே வைட்டமின் கே சத்தை ஊசிமூலம் உட்லில் ஏற்றிவிடுகிறுர்கள்.

ஸ்கர்வி

வைட்டமின் சி ஆகாரத்தில் போதாவிடில், இந்நோய் குழந்தைக்கு ஏற்படுகிறது. எட்டாவது மாதத்திலிருந்து ஒரு வயதிற்குட்பட்ட குழந்தையையே பெரும்பாலும் இது பீடிக்கின்றது. வைட்டமின் சி, போதிய அளவு உடலில் இல்லாததினுல் எலும்புகளைச் சுற்றியிருக்கும் மென்மையான தோலின் அடியில் இரத்தம் கட்டியாய் தேங்க ஆரம்பிக்கின்றது. சில சமயம் முட்டிகளுக்குள் இரத்தம் கசிந்துகொண்டு முட்டிகள் மிகவும் வீங்கிப் போவதுண்டு.

நோயின் அறிகுறிகள்:—இந்நோய் மிகவும் மெதுவாகத்தான் தனது அறிகுறிகளை வெளியே தோற்றுவிக்கின்றது. ஆரம்பத்தில் குழந்தை ஆகாரத்தை அசட்டை செய்து பசி யில்லாது காணப்படுவான். எதற்கும் அழுது பிடிவாதம் செய்வான். வெளிப் பார்வைக்கு மிகவும் ஆரோக்கியமாகவே காணப்படுவான். வியாதி கடுமையான பின்புதான் மற்றைய அறிகுறிகள் வெளிப்படை

யாகத் தோன்ற ஆரம்பிக்கின்றன. குழந்தையை எடுக்கும்போதும் கீழே விடும்போதும் கை, கால்களில் உள்ள எலும்புகளில் தாயின் கைபட்டு அதிர்ச்சி ஏற்படுவதினால் நோவு தாளாது குழந்தை வீரிட்டு அழுவான். குழந்தை இவ்வாறு அழுவதைக் கண்டு தாய் விளங்காது வியப்பும் கவலையும் அடைவது இயற்கையே. பல்முளைத்து இருக்கும் குழந்தையாக இருந்தால் பற்களைச் சுற்றியுள்ள எகிறு வீங்கி நீலநிறத்துடன் காணப்படும்.

சிகிச்சை:—இந்நோயை வராது முன் கூட்டியே தடுப்பதுதான் மிகவும் நல்லதொரு சிகிச்சையாகும். வைட்டமின் சி சத்து அதிகமுள்ள தக்காளி, அல்லது ஆரஞ்சு பழங்களின் ரஸத்தைப் பிழிந்து எடுத்து, வெல்லம் அல்லது வெல்லச் சர்க்கரை சிறிதளவு இனிப்பு கலந்து தினசரி ஒரு வேளை உணவிற்கு பதிலாக தாய்ப் பால் பருகும் குழந்தைக்கு அளிக்க வேண்டும். பழரசத்தில் நாம் காப்பிக்குப் போடும் அஸ்கா சர்க்கரையை உபயோகிக்கக் கூடாது. அஸ்கா சர்க்கரையில் உள்ள சில ரஸாயனப் பொருள்கள் பழரசத்தில் உள்ள இயற்கையான வைட்டமின் சி சத்தை பாழாக்கி விடுகின்றதென சில வைத்தியர்கள் கருதுகிறார்கள். உணவைக் கடித்து உண்ணும் பருவத்து குழந்தைக்கு தினசரி ஒரு தக்காளி அல்லது ஆரஞ்சு பழமாவது சாப்பிடக் கொடுத்தால் இந் நோய் ஏற்பட இடமேயில்லை.

நோய் வந்த பின்பு தினசரி காலை, மாலை, இரவு ஆகிய மூன்று வேளைகளும், வைட்டமின் சி மாத்திரை வேளைக்கு 50 மிலிகிராம் அளவு சாப்பிடக் கொடுத்தால் விரைவில் நோய் குணமாகிவிடும். இத்துடன் பழரசமும் இரண்டு வேளைகள் கொடுக்க வேண்டும்.

ஸ்கர்வி நோய் வந்துள்ள குழந்தை தாயார் கையில் எடுக்கும் பொழுதும், தூக்கி வைத்துக் கொள்ளும் பொழுதும் மிகவும் ஜாக்கிரதையாகத்தான் எடுக்க வேண்டும். எலும்புகளில் அடிபட்டு, இரத்தம் தேங்கி கட்டிக் கொண்டிருக்கும் பாகத்தில் நோவு ஏற்படாது தடுக்க குழந்தையை மிகவும் மிருதுவான பஞ்சு மெத்தையில் தான் தூங்கச் செய்ய வேண்டும். நோய் மிகவும் அதிக

மாகி விட்டிருந்தால் குடும்ப வைத்தியரின் ஆலோசனைப் படி சிகிச்சை செய்வது நலம்.

ரிக்கெட்ஸ்

உணவில் வைட்டமின் டி எனப்படும் சத்துப் பொருள் இல்லாவிடில் இந்நோய் குழந்தைக்கு எளி தில் வந்து விடுகின்றது. உணவில் உள்ள கால்ஷியம், பாஸ்பரஸ் எனும் இரு உப்புக்களையும் குடல் இழுத்துக் கொண்டு நல்ல உறுதியான எலும்புகளை அமைக்க வைட்டமின் டியின் உதவி மிகவும் தேவை. போதிய அளவு இந்த சத்துப் பொருள் இல்லாவிடில் எலும்பு களின் உறுதி குறைந்து இந்நோய் குழந்தைக்கு ஏற் பட்டு விடுகின்றது.

வைட்டமின் டி உணவின் மூலமாகவும் குழந்தைக்கு கிட்டலாம்; இயற்கையின் உதவியாலும் கிட்டலாம். சூரியனின் கிரணங்களில் ஒன்றான அல்டிரா வயலட் எனும் கிரணத்திற்கு ஒரு தனி மகிமை இருக்கின்றது. இந்த கிரணம் சர்மத்தின் மீது பட்டவுடன், சர்மத்தின் அடியில் இயற்கையாகவே உள்ள எர்கோஸ் டீரால் எனப் படும் பொருளை விரைவில் வைட்டமின் டியாக மாற்றி விடு கின்றது. ஆகவே, பால் போன்ற நல்லசத்துள்ள உணவை குழந்தை உட்கொள்ளா விட்டாலும், சூரிய வெளிச்ச மற்ற வீடுகளிலே அடைபட்டு ஓடியாடி விளை யாட வசதியின்றி வளர்க்கப்பட்டாலும், ரிக்கெட்ஸ் எனும் நோய்க்கு உள்ளாகிறான்.

நோயின் அறிகுறி:—பெரும்பாலும் இந்நோய் ஆறு மாதத்திலிருந்து ஒரு வயதிற்குட்பட்ட குழந்தையைத் தான் எளிதில் பீடிக்கின்றது. ஆரம்பத்தில் குழந்தை சதா சிணுங்கி அழுது கொண்டே யிருப்பான். குழந்தை யின் தலை அடிக்கடி வியர்வையினால் நனைந்து கொண்டு விடும். தன் மீது போர்வையைத் தாயார் போர்த்துவதை குழந்தை தாளாது வேதனையடைந்து உதைத்து தள்ளி அழுது தொந்தரவு செய்வான். நோய் கடுமையானதும் வேறு சில அறிகுறிகள் தோன்ற ஆரம்பிக்கின்றன. மார்பு எலும்புக் கூண்டின் எலும்புகளின் ஓரம், வரி

வரியாக உருத்திராட்சம் கோர்த்த மாலை போன்று பருத்துக்கொண்டு விகாரமாகி விடுகின்றன. பல் முளைக்கும் பருவம் தாண்டி பல மாதங்கள் சென்றும் குழந்தையின் வாய் பிறந்த குழந்தையின் வாயைப் போன்று பொக்கையாக பல் முளைக்கப் போகும் அறிகுறி சிறிதும் இன்றி காணப்படும். உடலில் உள்ள எல்லா எலும்புகளும் உறுதி குறைந்து எளிதில் வளைந்து கொள்ளக் கூடிய நெகிழ்ந்த தன்மையை அடைந்து விடுகின்றன. இதனால் நடக்கும் பருவத்து குழந்தையின் கால் எலும்புகள், உடலின் கனத்தைத்தாள முடியாது வளைந்து கொள்கின்றன. சப்பைக்கால் எனப்படும் விகாரத்தோற்றம் குழந்தையிடம் ரிக்கெட்ஸ் நோய் இருப்பதினால் தான் ஏற்படுகின்றது. சில குழந்தைகளுக்கு கால் எலும்புகள் வளைந்து கொள்வதுடன், இரண்டு முழங்கால் முட்டிகளும் ஒன்றுடன் ஒன்று மோதிக் கொள்ளும் அளவு உள் நோக்கி, சாய்ந்து வளைந்து கொள்கின்றன. முட்டிகள் ஒன்றுடன் ஒன்று மோத நடக்கும் குழந்தையின் நடை பார்க்க மிகவும் விகாரமாக இருக்கும் என்று கூறவேண்டியதில்லை. இடுப்பு எலும்புகள், தனது இயற்கையான அகன்ற தோற்றத்தை இழந்து உறுதியின்றி நெகிழ்ந்து விடுவதினால் தட்டையாகி குறுகி விடுகின்றது.

இவ்வாறு சிறு வயதிலேயே ரிக்கெட்ஸ் நோயினால் எலும்புக் கட்டு குறுகி விட்டால், பெண் குழந்தைக்கு வயது வளர்ந்து மணமாகி தாயாகும் நிலையை அடைகையில், மிகவும் கஷ்டமான பிரசவத்திற்கு உள்ளாகின்றாள். சிறுத்துப்போன இடுப்பெலும்புக் கட்டு வழியே குழந்தை வெளியேற முடியாததினால், குழந்தைக்கும் தாயாருக்கும் பலவித ஆபத்துக்கள் ஏற்படுகின்றன. கைகளில் உள்ள எலும்புகளும், கழுத்து எலும்புகளும், தலையில் உள்ள எலும்புகளும் இவ்வாறே உறுதி குறைந்து நெகிழ்ந்து வளைந்து கொள்கின்றன. சாதாரணமாக ஆரோக்கியமான குழந்தையின் தலையில் உள்ள உச்சிக்குழி எனும் பள்ளம் குழந்தை பிறந்த பதினெட்டாவது மாதத்திற்குள் நன்றாக மூடிக்கொண்டு மறைந்து விடும். ஆனால் ரிக்கெட்ஸ் நோய் வந்துள்ள குழந்தைக்கு வயது இரண்டு ஆகியும் உச்சிக்குழி மறையாது பிறந்த குழந்தையினது தலை

போன்று மிருதுவாகக் காணப்படும். எலும்புகளைப் போலவே, உடலில் உள்ள தசைகளும் பலஹீன மடைந்து விடுகின்றன. அதனால் குழந்தை கைகால்களை அசைக்கவும் சக்தியின்றி பாரிச வாதம் வந்தது போல தாயார் படுக்கவிட்ட இடத்தில் அப்படியே கிடக்கும் இத்துடன் ஓரளவு இரத்த சோகையும் கலந்து காணப் படும்.

ரிக்கெட்ஸ் நோய் குடலை மிகவும் பலஹீனப் படுத்தி விடுவதினால் குழந்தை அடிக்கடி ஜீரணக் கோளாறுகளி னால் வருந்துவான். வியாதி மிகவும் கடுமையாகி விட் டால், கல்லீரலும், மண்ணீரலும் நன்றாகப் பருத்துக் கொள்வதினால் வயிறு முன்னுக்கு பானைபோல் தள்ளிக் கொண்டு நிற்கும். அதனால் குழந்தை மூச்சுவிட முடி யாது திணறுவான். ரிக்கெட்ஸ் நோய் வந்துள்ள குழந் தைக்கு எளிதில் மார்சளி, சளி, இருமல் இவைகள் ஏற் படுகின்றன. நரம்பு மண்டலம் நோயினால் மிகவும் நலிந்து விடுவதினால் இக்குழந்தைக்கு எளிதில் வலிப்பு நோய் வந்துவிட வழியாகின்றது.

சிகிச்சை:—இந்நோய் ஏற்படாது தடுப்பதுதான் சிறந்த சிகிச்சையாகும். ஒவ்வொரு குழந்தையும் தக்க காரணம் இருந்தால் ஒழிய தாய்ப் பாலினாலேயேதான் போஷித்து வளர்க்கப்பட வேண்டும். குறைந்தது ஆறு மாதம் வரையிலாவது குழந்தை தாய்ப்பாலினால் போஷிக் கப்பட வேண்டும். தாய்ப்பால் இல்லாவிடில் புட்டிப் பாலில் வளர்க்கும் குழந்தைக்கு போஷணைக் குறைவு சிறி தும் ஏற்படாது மிகவும் கருத்துடன் ஆகாரத்தை நியதி யுடன் அளிக்கவேண்டும். செயற்கை போஷணையால் வளர்க்கப்படும் குழந்தைக்கு ரிக்கெட்ஸ் வராதிருக்க பாலில் வயதிற்கு தக்க அளவு மீன் எண்ணெயை தினசரி இருவேளைகள் கொடுக்கவேண்டும். சூரிய வெளிச்சம், நல்ல காற்று, விளையாட வசதியான இடம், போஷணை யான உணவு இவையாவும் சேர்ந்து இருந்துவிட்டால் குழந்தையிடம் இந்நோய் அணுகவே மார்க்கமில்லை.

நோயுற்ற குழந்தைக்கு தினசரி இரண்டு பெரிய தேக் கரண்டி அளவு மீன் எண்ணெய் சாப்பிடக் கொடுக்க

வேண்டும். இத்துடன் குழந்தையின் ஆகாரத்தில் பால் தாராளமாக சேர்க்கப்படவேண்டும். கால்ஷியம் மாத்திரையை தேனில் குழைத்து காலையிலும் மாலையிலும் உள்ளுக்கு சாப்பிட கொடுக்கவேண்டும். நோயைப் பற்றிய சந்தேகமிருந்தால் குடும்ப வைத்தியரிடம் காட்டித் தக்க ஆலோசனை பெறுவது சாலச் சிறந்தது.

9. தொண்டை, மூக்கு, சுவாசக் குழல் சம்பந்தப்பட்ட நோய்கள்.

சளி

வளரும் குழந்தைக்கு வரக்கூடிய அநேக தொந்தரவுகளில் இதுவும் ஒன்று. இதைச் சிலர் ஜலதோஷம் என்றும் அழைப்பதுண்டு. கண்களுக்குப் புலப்படாத வைரஸ் எனும் ஒருவகைக் கிருமிகளால்தான் சளிநோய் ஏற்படுகின்றது. ஐந்து வயதுவரை குழந்தைப் பருவத்தில் சளி அடிக்கடி வந்து உபத்திரவமளிக்கின்றது. ஆனால் ஐந்து வயதிற்கு மேற்பட்ட குழந்தைகளிடம் அதிகம் வருவதில்லை. ஒருவரிடமிருந்து இன்னொருவரிடம் தொத்திக்கொள்ளும் நோயாகையினால் சளி, தாயாரிடமிருந்து குழந்தைக்கு சுலபமாக வந்துவிடும்.

வைரஸ் எனும் கிருமிகள்தான் சளிபிடிப்பதற்குக் காரணம் என்றாலும் இவை ஆரோக்கியமான உடலை பாதிப்பதில்லை. உடலுக்கு அசதியோ, நலிவோ ஏற்படும்பொழுதுதான் இக்கிருமிகள் உடலைத் தாக்கி நோயை உண்டாக்குகின்றன. அதனால்தான் கீழ்க் கண்ட சந்தர்ப்பங்களில் சளி பிடித்துக்கொள்வதைக் காண்கிறோம்.

மழையில் அலைந்துவிட்டு தலையை சரியாக துடைக்காது ஈரத்துடன் விட்டுவிடுதல்; மழைக்காலத்தில் ஐஸ் பானங்கள், ஐஸ்கிரீம் இவைகளைப் புசித்தல்; கூட்டம் நிறைந்த சினிமா கொட்டகையில் பலமணிநேரம் அடைந்து கிடந்துவிட்டு சட்டென வெளிப்படுதல்;

இதைத் தவிர உண்ணும் உணவில் வைட்டமின் ஏயும், டியும், தேவையான அளவு இல்லாதிருத்தல் முதலியன உடல் ஆரோக்கியத்தை நலியச் செய்கின்றன. உடனே சளிவர வசதியாக அமைகின்றன.

நோயின் அறிகுறி:—ஒரு வயதிற்குட்பட்ட குழந்தைக்கு சளி ஏற்பட்டால், குழந்தை சிறிது நேரத்திற்கு ஒரு தடவை அழுது ஓய்வான். கண்ணிலும் மூக்கிலும் நீர் கசிய அடிக்கடி தும்முவான். முகமும் கண்களும் சிறிது சிவந்து காணப்படும். பசி குறைந்து விடுவதினல் ஆகாரத்தின்மீது நாட்டம் இருக்காது வலுக்கட்டாயமாக ஆகாரத்தைப் புகட்டினல், சிறிது பொழுதில் வாந்தி எடுத்துவிடுவான். பெரியவர்களைப் போல் மூக்கைச் சிந்த முடியாததினல், கசிந்துவரும் நீர் உள்ளே தேங்கி குழந்தை சரிவர மூச்சுவிட முடியாது திணறுவான். சளியுடன் சிலசமயம் ஜுரமும் காணப்படும்

இரண்டு வயதிற்கு மேற்பட்ட குழந்தைக்கு சளி பிடித்துக்கொண்டால் பின்வரும் அறிகுறிகளைக் காணலாம். காலையில் நன்ருக விளையாடிக்கொண்டிருந்த குழந்தை பகல்பொழுது ஆகாரத்தில் விருப்பமின்றி சோர்ந்திருப்பான். சாயங்காலம் மூக்கை கையினல் தேய்த்துக்கொண்டு வீண் பிடிவாதம் செய்து தாயை தொந்தரவு செய்து அழுவான். கண்கள் சிவந்து, இமைகள் இடுங்கிக் காணப்படும். மூக்கினின்று நீர் கசியும். தும்மலும் லேசான காய்ச்சலும் கூடவே காணப்படலாம்.

சிகிச்சை :—குழந்தைக்கு அடிக்கடி சளிபிடித்துக் கொள்ளாமலிருக்கத் தாயார் அவனை மிகவும் பத்திரமாகப் பாதுகாக்க வேண்டும். அதுவே முதல் சிகிச்சையாகும். சளியினல் பாதிக்கப்பட்ட தாயோ, உறவினர்களோ, குழந்தையை எடுத்துக் கொஞ்சி முத்தமிட்டு விளையாடுவது தவறு. கூட்டம் நிறைந்த சினிமா, டிராமா, மகாநாடுகள் போன்ற இடத்திற்கு குழந்தையை எடுத்துக்கொண்டு போகக்கூடாது. குழந்தையின் ஆகாரத்தில் தாயார் அதிக கவனம் செலுத்த வேண்டும். சளி பிடித்துவிடும் என்று அதிக கனமான கம்பளிச் சட்டை

களைப் போட்டு உடலை மூடிவைக்காது நன்றாக காற்றுப் பட ஓடியாடிவிளையாட அனுமதிக்க வேண்டும். வீட்டிலே அடைத்து வைக்காது ஓய்வாக காற்றோட்டமான பீச்சு, பூந்தோட்டம் போன்ற பொது இடங்களுக்கு அவனை எடுத்துச் செல்வது நல்லது.

. சளி பிடித்துக் கொண்டிருக்கையில் தாயார் கீழ்க் கண்ட சிகிச்சையை அப்பியாசிக்கலாம்.

அதிக நேரம் விளையாடிக்கொண்டிருக்க அனுமதிக்காது குழந்தையை ஓய்வாக இருக்கும்படி படுக்கையில் கிடத்தவேண்டும். ஒரு வயது குழந்தை தாயார் தன்னை தூக்கிவைத்துக்கொள்ள வேண்டும் என்ற பிடிவாதம் செய்வான். நோயினால் உபாதைப்படும் குழந்தையை அழவிடுவதைவிட அவன் இஷ்டப்படியே மடியில் தூக்கி படுக்கவைத்து தூங்கச்செய்வது நலம். குழந்தை மீது அதிக குளிர்காற்று வீசாதபடி கம்பளிச் சட்டை அல்லது கனமான துணிச் சட்டைபோட்டு வைக்கவேண்டும். ஒரு முறை நன்றாக மலம் வெளிப்பட்டால், சளி குறையுமாதலால் உள்ளுக்கு ஒன்று அல்லது இரண்டு தேக்கரண்டி அளவு மில்க் ஆப் மெக்னிஸியாவைக் கொடுக்கலாம். 'லங்கணம் பரம ஔஷதம்'. ஆகவே, ஒருவேளை ஆகாரம் கொடுக்காது குழந்தையை சிறிது பட்டினியாகப் போட்டு வைப்பதும் நல்லது. தாயாருக்கு குழந்தையை பட்டினி போட்டுவைக்க மனம் கேட்காவிடில், அளிக்கும் பாலில் அதிகம் நீர்கலந்து கொடுப்பது நல்லது. சளியுடன், ஜுரமும் அதிகம் காணப்பட்டால், சளிதானே என அசட்டையாக இருப்பதைவிட வைத்தியரைக் கூப்பிட்டு குழந்தையை காட்டிச் சிகிச்சை செய்வதே நல்லது. அடிக்கடி சளிபிடித்துக் கொள்வதை தவிர்க்க, தினசரி படுக்கப்போகுமுன் ஒரு தேக்கரண் டி மீன் எண்ணெய் கொடுக்க வேண்டும்.

காதுவலி

சளி பிடித்துக்கொண்டவுடன் சில குழந்தைகளுக்கு உடனே காதில் குத்தலும் எற்பட்டு விடுவதுண்டு.

நோயின் அறிகுறி:—ஒரு வயதிற்குட்பட்ட குழந்தைக்கு காதுவலி ஏற்பட்டால், கையில் பிடிபடாது வீரிட்டு அழுவான். தன் கையினுல் நோய் ஏற்பட்டுள்ள காதை தேய்த்துக்கொள்வான். பேசும் பருவத்துக் குழந்தையானுல் காதைத்தொட்டு நோவு ஏற்பட்டிருக்கிறது என தனது பாஷையினுல் தாயிடம்கூறி அழுவான்.

அநேகமாக குழந்தைப் பருவத்தில் ஏற்படும் காது வலி, தானே குணமடைந்து விடுகின்றது. ஆனுல் சில சமயம், சளியுடன் ஆரம்பித்த காதுகுத்தல் குணமடையாது காதிற்குள்ளே சிறு கட்டியாக கிளம்பி, பழுத்து வெடித்து சீழாக வெளிப்படுவது முண்டு. காதினின்று வழியும் சீழ் துர்நாற்றம் வீசுவதுடன் நில்லாமல். காதின் வெளிப் புறத்திலே வழிந்து அங்குள்ள சர்மத்தின் மீது புண் உண்டாக்கி விடுகின்றது. காதின் உள்ளே சிறு கட்டி கிளம்பினுல், காதின் பின்புறம் லேசாகச் சிவந்து காணப்படும். அந்த இடத்தை மெல்ல அழுத்தினுல் குழந்தை வலியினுல் முகத்தை சுளிப்பான். கட்டி பெரியதாக இருந்தால் காதின் பின்புறம் எதேச்சையாகக் கைபட்டு விட்டால் கூட வலிதாளாது துடித்துவிடுவான்.

சிகிச்சை:—காது, கண், மூக்கு, தொண்டைபோன்ற உறுப்புகளுக்கு ஏற்படும் நோய்களைத் தாயார் தானே சிகிச்சை செய்வதைவிட வைத்தியரிடம் காட்டி சிகிச்சை செய்வதுதான் நல்லது. வைத்தியர் அருகில் இல்லாத இடத்தில் அகாலவேளையில் குழந்தை காது வலியினுல் அழுகிருன் என்ருல் என்ன செய்வது? நல்லெண்ணெய் அல்லது தேங்காய் எண்ணெயைக் காய்ச்சி ஆறவைத்து இளஞ்சூடாக இருக்கையில் ஒரு சொட்டு காதில் விடலாம். ஆனுல் சீழோ அல்லது நீரோ காதில் வடிந்து கொண்டிருந்தால் எண்ணெய் அல்லது வேறு திராவக மருந்துகளை காதில் விடக்கூடாது. குறும்பை எனும் அழுக்கு அடைத்துக்கொண்டிருப்பதினுல் குழந்தைக்கு காதுவலி ஏற்பட்டிருக்கிறது என சிலர் தவருக எண்ணிக்கொண்டு துணித்திரியைவிட்டு அதை எடுக்க முயற்சிப்பதுண்டு. குழந்தையின் காதுகளில் துணித்திரி, குச்சி முதலியவைகளை ஒருபொழுதும் விடக்கூடாது. ஏன் எனில் உள்ளே சப்தத்தை கிரகிக்க இயற்கையாக

அமைந்துள்ள ஜவ்வு, குச்சிபட்டு கிழிந்துவிடக்கூடும். அதனல் குழந்தையின் காது செவிடாகிவிடக் கூடும். குழந்தை அதிக வலியினல் அழுதால் வலிநீங்க ஆஸ்பரின், ஸாரிடான் போன்ற மருந்துகளில் வயதுக்கு தக்க அளவு உள்ளுக்கு சாப்பிட கொடுத்தால் வலி நீங்கும். பிறகு நிதானமாக வைத்தியரைக் கூப்பிட்டு சிகிச்சை செய்யலாம்.

இருமல்

காய்ச்சல் என்பதைப் போன்று இருமல் என்பதும் ஒரு தனி நோய் அல்ல. நோயின் ஒரு அறிகுறிதான் இருமல். சாதாரணமாக குழந்தையிடம் காணப்படும் பல சிறு தொந்தரவுகளில் இருமலும் ஒன்று.

இருமலின் காரணங்கள்:—(1) பிரான்கைடிஸ் என்ற நோயின்போது குழந்தைக்கு இருமல் ஏற்படுகின்றது. சுவாசப்பைகளுக்கு செல்லும் சிறுகுழல்களுக்கு பிரான்குயூல் எனப்பெயர். இச்சிறு குழல்களில் ரணம் ஏற்பட்டு சளி சேர்ந்தால், அதைக் குழல்கள் அப்புறப்படுத்த செய்யும் முயற்சியே இருமலாக பரிணமிக்கின்றது. பிரான்குயூல் குழல்களுக்கு ஏற்படும் நோவைத்தான் பிரான்கைடிஸ் அதாவது மார்சளி என அழைக்கிருர்கள். (2) தொண்டையில் டான்ஸில் வீங்கிக் கொண்டால், குழந்தைக்கு இருமல் ஏற்படும். (3)தொண்டையில் ரணம் ஏற்பட்டாலும், உள் நாக்கு நீண்டு வளர்ந்திருந்தாலும் இருமல் ஏற்படும்.

பொதுவாக மேற்கூறிய நோய்கள் பலவற்றிற்கும் இருமல்தான் முதலாக வெளிதோன்றும் அறிகுறி என்ருலும், இந்த இருமல்களில் வித்தியாசத்தைக் காணலாம். உதாரணமாக தொண்டையில் டான்ஸில் வீங்கியதினலை ஏற்படும் இருமல் பின் கண்டபடி இருக்கும். முகம் சிவந்து மூச்சுத் திணற கண்களில் நீர் கசிய குழந்தை இருமுவான். இருமியபின் வாந்தியும் எடுப்பான்.

தொண்டையில் ரணத்தினல் ஏற்படும் இருமல் சளியற்று வரட்சியானதாக இருக்கும். தண்ணீர் இல்

லாத ஒரு பித்தளை அண்டாவைத் தட்டினால் எழும்பும் ஒருவித உலோக சப்தத்திற்கு இதை ஒப்பிடலாம். தொண்டையில் ஈரப்பசை காய்ந்து விடும்பொழுதெல்லாம் குழந்தை வாய் ஓயாது இருமுவான். உள் நாக்கு நீண்டுவிட்டதினால் ஏற்படும் இருமல் குழந்தை படுத்துக்கொள்ளும் பொழுது அதிகமாக வளர்ந்திருக்கும் உள் நாக்கு, தொண்டையினுள் இடிப்பதனால் குறுகுறுப்பை உண்டாக்கி வரட்சியான ஒரு இருமலை ஏற்படுத்துகிறது.

பிரான்கைடிஸ் எனப்படும் மார்ச்சளியின்போது ஏற்படும் இருமலில் சளியும்கூட வெளிப்படும். சளியைத் துப்பத் தெரியாததினால் குழந்தை அதை விழுங்கி விடுவான். அதனால் வாந்தியிலும், மலத்திலும் கோழை வெளிப்படுவதைக் காண்கிறோம். குழந்தையின் நெஞ்சின் மீதோ முதுகின்மீதோ கை வைத்துப் பார்த்தால் இந்த இருமலுடன் 'கர், கர்' என்று பூனை உறுமுவது போன்ற ஒரு சப்தம் கேட்கும். பிரான்குயூல் எனும் குழல்களில் தேங்கியிருக்கும் சளிக்கும், சுவாசக் காற்று உள்ளும் புறமும் போய்வந்து கொண்டிருப்பதனால் இத்தகைய ஒரு சப்தம் எழுகின்றது.

தொண்டை காய்ந்து போனதினால் ஏற்படும் ரணத்தைத் தடுக்க, தொண்டைக்கு மாண்டில் சொல்யூஷன், கிளிசரின் டானிக் போன்ற தொண்டைக்குப் பூசும் மருந்துகள் ஏதேனும் ஒன்றை பஞ்சில் தோய்த்து, தொண்டைக்குப் பூசலாம். இருமலும் சளியும் சேர்ந்து காணப்பட்டால் வீட்டில் கை வசமிருக்கும் இருமல் மருந்துகளில் ஏதேனும் ஒன்றை தேவையான அளவு சிறிது அளிக்கலாம். இருமலும் ஜுரமும் சேர்ந்து காணப்பட்டால் தாயார் வைத்தியரிடம் ஆலோசனை பெறுவதுதான் உத்தமம். ஏனெனில் சாதாரண மார்ச்சளியாக ஆரம்பித்து மேலே சுவாசப்பைகளுக்குப் பரவிப்போய் நிமோனியா எனும் ஜுரமாக மாறிவிடலாம். குழந்தைக்கு அடிக்கடி இருமல் ஏற்பட்டாலும் ஜுரமும், சளியும், இருமலும் ஒருங்கே காணப்பட்டாலும் வைத்தியரிடம் காட்டி ஆலோசனை பெறுவதே தகுந்த சிகிச்சை முறையாகும். இதைத்தவிர, கக்குவான், க்ஷயம் இவை

களுக்கும் இருமல்தான் முக்கிய அறிகுறியாக அமைகின்றது.

நிமோனியா

சாதாரணமாக ஆரம்பித்த சளி, ஜுரத்துடன் சில நாட்கள் நீடித்திருந்து நிமோனியா எனும் விஷ ஜுரமாக மாறிவிடலாம். அல்லது சளி, இருமல் ஏதும் இன்றி எடுத்த எடுப்பிலேயே முன்னெச்சரிக்கை கொடுக்காது நிமோனியா தனிப்பட்ட ஒரு நோயாகவே வரலாம். இந்நோய், 'நியூமோக்சாக்கை', 'ஸ்ட்ரெப்டோசாக்கை' எனும் கிருமிகள், சுவாசப்பைகள் அதைச்சேர்ந்த சுவாசக் குழல்கள் இவைகளை தாக்கி ரணம் செய்வதால் உண்டாகின்றது.

நோயின் அறிகுறி:—சாதாரணமாக ஆரம்பித்த சளி கடும் ஜுரத்துடன் நிமோனியாவாக மாறலாம் என முன்பே கூறினோம். நிமோனியா தனிப்பட தோன்றும் போது கடும் ஜுரமும், வாந்தியுமாக ஆரம்பிக்கின்றது. ஆரம்பத்தில் ஏற்படும் காய்ச்சல் சில சமயம் நூற்றி ஐந்து டிகிரிவரைகூட ஏறிவிடுவதுண்டு.

பகலில் விளையாடிக் கொண்டிருந்த குழந்தை இரவில் மிகவும் சோர்ந்து ஆகாரத்தில் நாட்டமின்றி இருப்பான். படுக்குமுன் ஒருதடவை வாந்தி எடுப்பான். அத்துடன் உடலில் லேசாக காய்ச்சல் வீசும். மறுநாள் காலை விடிவதற்குள் முகம் சோர்ந்து, கண்கள் இருங்கி, நாக்கு வரண்டு 103 டிகிரி ஜுரத்துடன் குழந்தை முனங்கிக் கொண்டிருப்பதைக் காணலாம்.

சிகிச்சை:—இந்நோயைத் தாயார் தானே சிகிச்சை செய்வது என்பது முடியாது. இது ஒரு தொத்து நோய். ஒரு குழந்தைக்கு ஏற்பட்டால் வீட்டிலிருக்கும் மற்ற குழந்தைக்கும் தாயாரின் கவனக் குறைவாலும், பரிசுத்த பாதுகாப்பின் குறைவாலும் ஏற்படக்கூடும். ஆகவே நோயாளி குழந்தைக்கு உபயோகிக்கும் பாத்திரம், ஆடை இவைகளை வெந்நீரில் கொதிக்கவைத்து கழுவி வெய்யிலில் காயவைக்க வேண்டும். நோயாளி தங்கி உள்ள அறையை பினாயில்விட்டு தினசரி கழுவவேண்டும். இரும

லின்போது ஏற்படும் சளி, கோழை, எச்சல், மலம், மூத்திரம் இவைகளை தனியே பிரத்தியேகமாக ஒரு பீங்கான் பாத்திரத்தில் கழிக்கச் செய்து அத்துடன் பிறுயில் கொட்டி அவைகளை அப்போதைக் கப்போது சாக்கடைகளில் சேர்ப்பிக்க வேண்டும். வீட்டின் தோட்டத்தில் ஒதுப்புறமாக உள்ள இடத்திலே குழி தோண்டி அதை புதைக்கவும் செய்யலாம்.

பெனிஸிலின், ஸல்பானிலமைட், ஸ்டெரெப்டோமைசின், டெர்ராமைசின், ஆரோமைசின் போன்ற நவீன மருந்துகள் பல மலிந்த இந்நாளில் இந்நோயினுல் ஏற்படும் மரணம் மிகவும் குறைவு. நிமோனியாவால் வருந்தும் குழந்தைக்கு தாயார் செய்யக்கூடிய சிகிச்சை பின்வருவன ஆகும். (1) வைத்தியர் அளித்துச் சென்ற மருந்துகளை அவ்வப்பொழுது கொடுக்க வேண்டும். (2) மார்பிலே கட்டியாகத் தேங்கி நிற்கும் சளியைக் கரைத்து வெளிப்படுத்தும் நிமித்தம் தினமும் இருமுறை தவிட்டை வருத்து மார்பு, முதுகு முதலிய இடங்களுக்கு ஒத்தடம் போட வேண்டும். (3) குழந்தைக்கு ஆகாரம் கொடுக்கும் ஒவ்வொரு முறையும் ஒரு டம்ளர் தண்ணீருக்கு பத்து சொட்டுகள் என்ற கணக்கில் டெட்டால் மருந்தை விட்டு தயாரித்த நீரில், குழந்தையின் வாயை கழுவி சுத்தம் செய்யவேண்டும். வாயை கொப்பளித்து கழுவிக் கொள்ளத் தெரியாத குழந்தையாக இருந்தால் டெட்டால் நீரில் சுத்தமான துணியை நனைத்து அதனுல் வாயின் உட்புறத்தை சுத்தப் படுத்த வேண்டும். (4) நிமோனியா நோயின்பொழுது நீர் ஆகாரமாக இருக்கவேண்டுமாதலால் பார்லி நீர், பழரஸம், குளுகோஸ் சர்க்கரை கலந்த நீர், பார்லிநீர் கலந்த பால் என்று மிகவும் நீரான ஆகாரத்தையேதான் அளிக்க வேண்டும். (5) தினசரி இரு வேளை குழந்தையின் உடல் உஷ்ணத்தை எடுத்து குறித்து வைத்துக் கொள்வது நல்லது. (6) வைத்தியர் வருவதற்குள் குழந்தைக்கு 104 டிகிரி ஜுரம் ஏற்பட்டு விட்டால், வலிப்பு வராது தடுக்க ஐஸ் பையை தலைக்கு வைக்கலாம். (7) குழந்தை தினசரி மலம் கழிக்காவிடில் எனிமா கொடுத்துக் குடலை சுத்தப் படுத்தவேண்டும். (8) இந்நோய் ஏற்படுகையில் குடலில் அதிக வாயுத்

தேக்கம் ஏற்படுவதுண்டு. வயிறு உப்பிக் கொண்டு குழந்தைக்கு சுவாசிக்க முடியாது சிரமம் கொடுக்கும். அவ்வப்போது குடலில் தேங்கியுள்ள வாயுவை வெளிப்படுத்த வயிற்றின்மீது டர்பண்டைன் எண்ணெயை லேசாகப்பூசி, வெந்நீரில் துணியைப்போட்டுப் பிழிந்து ஒத்தடம் கொடுக்க வேண்டும். இவ்வாறு செய்தால் வாயு வெளியேறிவிடும். டர்பண்டைன் மருந்தை குழந்தையின் வயிற்றின்மீது கனமாகப் பூசக்கூடாது. பூசினுல் மென்மையான சர்மத்தைப் புண்படுத்திவிடும். லேசாகத்தான் பூசவேண்டும். (9) தாயார் குழந்தையைத் தொட்டு விட்டு மற்ற வீட்டு அலுவல்களை கவனிக்கச் செல்லும் ஒவ்வொரு முறையும் தனது கரங்களை டெட்டால் போட்டு நன்ருக கழுவியபிறகு சோப்புப் போட்டு தேய்த்துச் சுத்தம் செய்து கொள்வது அவசியம்.

டான்ஸில்களும் அடினுய்டும்

டான்ஸில்கள் என்றவுடனேயே சிலர் அது ஒரு நோய் என நினைக்கின்றனர்; அது தவறு. டான்ஸில்களும், அடினுய்டும் உடலில் இயற்கையாக உள்ள உறுப்புகளே ஆகும். இவைகளுக்கு அதிக நோய் ஏற்பட்டால்தான் ரண சிகிச்சையால் எடுத்துவிட வேண்டும் என்று வைத்தியர்கள் கூறுகிருர்கள்.

டான்ஸில், அடினுய்டு, என்பவைகள் 'லிம்பாய்டு' எனப்படும் ஒருவகையான சதையினுல் ஆன கோளங்கள். டான்ஸில்கள் இரண்டும், தொண்டையில் நாக்கு முடியும் இடத்தில் இருபுறத்திலும், கோட்டை வாயிலை இருபுறமும் காவல் காத்து நிற்கும் வீரர்கள்போல் அமைக்கப்பட்டிருக்கின்றன. குழந்தையின் வாயைத் திறக்கச் சொல்லி இவைகளை தொண்டையில் இருபுறத்திலும் தாயார் காணலாம். அடினுய்டு என்பதை சாதாரணமாக பார்க்க இயலாது. இது தொண்டையும், மூக்கும் சந்திக்கும் பின்புறத்தில் அமைந்திருக்கிறது.

இயற்கையான நிலையில் டான்ஸில்களும், அடினுய்டும் குழந்தைக்கு நோய்கள் வராது தடுக்க உதவி புரி

கின்றன. இந்த உறுப்புகளுக்குள்ளே இருக்கும் ஒரு விதமான சிறு அணுக்கள், உள்ளேவரும் விஷக்கிருமிகளை அவ்வப்பொழுது கொன்று உடலை நோயினின்று காக்கின்றன. ஆரோக்கியமான நிலையில் உடலுக்கு உதவி செய்யும் இக்கோளங்களுக்கு நோய் ஏற்பட்டவுடன், வீக்கமும் ரணமும் உண்டாகி பலவித தொந்தரவுகளைக் கொடுக்க ஆரம்பிக்கின்றன.

டான்ஸில்கள் - அடினுய்டு இவைகளுக்கு வீக்கமும் ரணமும் ஏற்படக் காரணம்:—உடலில் உள்ள ஏதேனும் ஒரு பாகத்திற்கு மட்டும் அதிக வேலை ஏற்பட்டால், அந்த பாகம் சில நாட்களில் பருக்க ஆரம்பிக்கின்றது. ஓட்டப் பந்தயத்தில் ஈடுபடுகிறவர்களுக்கு இருதயம் கொஞ்சம் பெரிதாவதற்கும், வலது கையினுல் சம்மட்டியை தூக்கி அடிக்கும் தொழிலாளியின் வலது கரம் மட்டும் பெருத்துக் காணப்படுவதற்கும் அந்த உறுப்புகளுக்குத் தனியே அளிக்கப்பட்ட அதிகமான வேலை தான் காரணம். அதேபோன்று அதிகமாக வேலைசெய்ய நேரும் டான்ஸில்களும், அடினுய்டும் வீங்கிப் பருத்து விடுகின்றன. காற்றோட்டமற்ற இடங்களிலும், புழுதி அதிகம் வீசும் இடங்களிலும் வசிக்கும் குழந்தை உட்கொள்ளும் காற்றில் அதிக கிருமிகள் இருக்கின்றன. அவைகள் உள்ளே புகா வண்ணம் தடுக்க, டான்ஸில்கள் முயன்று அதிகமாக வேலை செய்கின்றன. நாளடைவில் அதிக வேலை அவைகளைப் பருக்கச்செய்து விடுகின்றது.

டான்ஸில்கள் பருத்திருக்கின்றன என்பதற்காக அவைகளை ரண சிகிச்சையினுல் எடுத்துவிட வேண்டியது அவசியமல்ல. ஏன் எனில் டான்ஸில்கள் எனும் உறுப்புகள் உடலின் ஆரோக்கியத்திற்கு மிகவும் தேவையானவை. ஆனுல் பின்வாயில் புண் அல்லது ரணம் ஏற்பட்டு சீழ் பிடித்துக்கொண்டு அடிக்கடி உபத்திரவம் கொடுத்தால் அவைகளை வெட்டி அப்புறப்படுத்த வேண்டியது அவசியம். ஆனுல் அடினுய்டு என்பது பருத்து விட்டால், சுவாசத்தை தடை செய்து தொந்தரவு கொடுக்க ஆரம்பிக்கும். ஆகவே அது பருத்தவுடன் அதை வெட்டி எடுத்துவிடவேண்டும்.

டான்ஸில், அடினுய்டு இவைகள் பருத்து வீங்கக் காரணங்கள். (1) காற்றேட்டம், வெளிச்சம் இல்லாத வீட்டில் வசிப்பது. (2) புழுதி நிறைந்த இடங்களில் குழந்தை விளையாடுவது. (3) பாதரக்ஷைகளை விட்டு வைக்கும் அசுத்தமான தரையில் குழந்தை தவழ்ந்து விளையாடுவது. (4) ஆகாரத்தில் தேவையான சத்துப் பொருள்கள் இல்லாதது. முக்கியமாக வைட்டமின் ஏயும், டியும் குறைவாக உள்ள ஆகாரத்தைக் கொடுப்பது முதலியன ஆகும். டான்ஸில் வீக்கத்தை தடுப்பது எளிது. டான்ஸில்கள் பருத்து உள்ளன என்பதை வைத்தியர் மூலம் அறிந்ததும் தாயார் தினசரி வெந்நீரில் உப்புப் போட்டுக் குழந்தையின் வாயை அதில் கொப்பளிக்க பழக்க வேண்டும். அசுத்தமான தரையில் சிறு குழந்தைகளை விளையாட விடக்கூடாது. காற்றேட்டமான பீச்சு, அல்லது பூந்தோட்டம் இவைகளுக்கு விளையாட அழைத்துச் செல்வது நலம். மீன் எண்ணெய், கால்ஷியம் முதலியவைகள் சாப்பிட உள்ளுக்கு கொடுக்க வேண்டும். டான்ஸில் பருத்துள்ள குழந்தைகளுக்கு இரவு வேளைகளில் பால் சாப்பிட கட்டாயம் கொடுக்க வேண்டும்.

•

டான்ஸில்கள், அடினுய்டு இவை வீங்கியுள்ளதின் அறிகுறி :—குழந்தை தூங்கும்பொழுது வாயைத் திறந்து கொண்டு தூங்குவான். அதிகமாக குறட்டைவிடுவான். அடிக்கடி சளி, இருமல், ஏற்படும். தூக்கமின்மை, தலை வலி, படிப்பில் நாட்டக் குறைவு, சோர்வு, பசியின்மை முதலிய பல அறிகுறிகளும் காணப்படும்.

ரண சிகிச்சை :—டான்ஸில்களை வெட்டி அப்புறப் படுத்துதல் என்பதுபற்றி தற்காலத்தில் வைத்தியர்களிடையே அபிப்பிராய பேதம் ஏற்பட்டுள்ளது. இப்போதெல்லாம் வைத்தியர்கள், பருத்துவிட்டன என்பதற்காக குழந்தைகளின் டான்ஸில்களை ரண சிகிச்சையால் வெளியில் எடுத்துவிடுவதில்லை. ஆகவே, அதைப்பற்றி அதற்கெனத் தனியே பயிற்சி பெற்றுள்ள வைத்தியரிடம் ஆலோசித்து அவரது ஆலோசனையைப் பின்பற்றுவது தான் தக்க சிகிச்சையாகும்.

•

டான்ஸிலில் ரணம் :—குழந்தைகளுக்கு அடிக்கடி ஏற்படக்கூடிய தொந்தரவுகளில் இதுவும் ஒன்று.

நோயின் அறிகுறி :—குளிரும், அதிகமாக ஜுரமும் ஆரம்பிக்கும். முதுகிலும், கால்களிலும் நோவு காணப்படும். வலியினுல் குழந்தை உணவை விழுங்க முடியாது. நாக்கின்மீது வெண்மையான மாவுப் பொருள் காணப்படும். மூச்சுக்காற்றில் துர்நாற்றம் வீசும். வாயைத் திறக்கச் சொல்லி வெளிச்சத்தில் தொண்டையை கவனித்தால், தொண்டை முழுவதும் சிவந்து காணப்படும். இருபுறமுமுள்ள டான்ஸில்கள் வீங்கி சிவந்திருக்கும். சில சமயம் அவைகளில், வெண்மையான ஒரு புள்ளி கூடக் காணப்படுவதுண்டு. இந்த வெண்மையான புள்ளி அவைகளில் சீழ் படிந்திருப்பதை அறிவிக்கின்றது.

அடிக்கடி டான்ஸில்களில் இவ்வாறு ரணம் ஏற்பட்டால் பிறகு குழந்தைக்கு 'ருமாடிக்' எனும் ஜுரம் வரக்கூடுமாதலால் அதை வைத்தியரிடம் காட்டிச் சிகிச்சை செய்வதுதான் நலம்.

சிகிச்சை :—பெனிஸிலின், ஸல்பானிலமைட், டெர்ராமைஸின் போன்ற மருந்துகளை உள்ளுக்குச் செலுத்தி வீங்கியுள்ள டான்ஸில்கள் மீது பெனிஸிலின் கலந்த நீரை சிறு ரப்பர் குழாய் மூலம் தொண்டையில் படும்படி தெளித்து வைத்தியர் இதை குணப்படுத்துகிருர். டான்ஸிலில் ரணமுள்ள குழந்தைக்கு நீரான ஆகாரத்தை தான் கொடுக்க வேண்டும். அதுவும் சற்று சூடாகக் கொடுப்பது நலம்.

நோயுற்ற குழந்தையை படுக்கையிலே ஓய்வாக இருக்க படுக்கவைக்க வேண்டும். மலச்சிக்கல் இருந்தால் எனிமா கொடுத்து குடலை சுத்தப்படுத்த வேண்டும். வைத்தியர் கொடுத்துள்ள மருந்துகளை வேளைக்கு கொடுத்து உப்புப் போட்ட வெந்நீரில் வாய் கொப்பளிக்கச் செய்யவேண்டும். இரண்டு தினங்களில் ரணம் ஆறி ஜுரம் இறங்கிவிடும்.

டான்ஸில்களை எப்பொழுது ரண சிகிச்சை செய்வது :—இது அதற்கென தனியே பிரத்யேகமாக பயிற்சி

யடைந்துள்ள வைத்தியரின் அபிப்பிராயத்தை பொறுத்துள்ளது எனினும், ரண சிகிச்சை செய்ய வேண்டிய சந்தர்ப்பங்களை ஓரளவு தாயார் தெரிந்து கொண்டிருப்பது அவசியம். டான்ஸில்களை கீழ்க்கண்ட சமயங்களில் வெட்டி வெளிப்படுத்தி விடுவது நலம்.

(1) டான்ஸில்கள் அதிகம் வீங்கி, சுவாசத்தைப் பாதித்தால்.

(2) உடல் வளர்ச்சிக்கு தடங்கல் ஏற்பட்டால்.

(3) அடிக்கடி டான்ஸில்களில் ரணம் ஏற்பட்டால்.

(4) டான்ஸில்கள் சீழ் பிடித்துக் கொண்டு அதனால் முட்டிகள் வீங்கத் துவங்கினால்.

மேற்கண்ட சந்தர்ப்பங்களில் வைத்தியர் டான்ஸில்களை வெட்டி எடுத்துவிட வேண்டும் என்று தெரிவிப்பார். அவ்வாறு செய்வது குழந்தையின் ஆரோக்கியத்திற்கு அவசியமுமாகும்.

10. அலர்ஜி

"பூப்பட்டால் கொப்பளிக்கும் பொன் திரு மேனி" எனத் தமிழில் ஒரு பழமொழி உண்டு. இதை விளக்க அத்துடன் ஒரு கட்டுக் கதையும் உண்டு. ஒரு ஊரில் ஒரு அரசன் இருந்தான். அவன் மிகவும் உயர்ந்த வம்சத்தில் உதித்த பெண்ணை மணந்து கொள்ள விரும்பினான். பெண் பிறந்த வம்சத்தின் உயர்வைக் கண்டு பிடிக்க அவன் ஒரு பரீக்ஷை நடத்தினான். மூன்று தேசத்து ராஜகுமாரிகள் அவனை மணக்க முன் வந்தனர். அரண்மனையின் ஒரு பகுதியிலே அரிசி குத்திக் கொண்டிருந்தனர் சிலர். உலக்கையின் ஓசை கேட்டதும் முதலாவது ராஜகுமாரி காதுகுத்தல் தாளாது மூர்ச்சித்து விழுந்து விட்டாள். இரண்டாவது ராஜகுமாரி தோட்டத்தில் நிலவொளியில் சிறிது நேரம் உலாவினாள். நிலவின் கதிரைத்தாளாது அவள் உடல் முழுவதும் கொப்பு

ளங்கள் எழும்பி விட்டன. மூன்ருவது ராஜகுமாரி, மிகவும் மென்மையான அன்னப் பக்ஷியின் சிறகினுல் செய்த மெத்தை மீது படுத்திருந்தும் தூக்கம் வராது படுக்கையில் வேதனையுடன் புரண்டாள். காரணம் என்னவென்று தோழி படுக்கையைத் தட்டி சோதித்துப் பார்த்தபொழுது, மெத்தை அடியில் ஒரு ரோஜா மலர் கிடந்தது. அதனுடைய மென்மையான இதழ்கள் உறுத்தி ராஜகுமாரியின் உடல் முழுவதும் வேதனை ஏற்பட்டுவிட்டதாம்! பூப்பட்டால் கொப்பளிக்கும் பொன் திருமேனி உடைய மூன்ருவது ராஜகுமாரியே உயர்ந்த வம்சத்தில் பிறந்தவள் என்று தீர்மானித்த அரசன் அவளையே மணந்து கொண்டானும்!

"இவ்வாருன ஒரு மெல்லிய உடல் நிலையைக் கொண்டிருந்தால், வாழ்க்கைக்கு சாத்தியப்படுமா! என்ன கட்டுக்கதை!" என படிப்பவர்கள் வியப்பது இயல்பே! ஆனுல் சிலரிடம் உள்ள அலர்ஜி எனும் ஒரு குணத்தை ஆராய்ந்து பார்த்தால் மேலே கூறிய ராஜகுமாரியைப் போன்ற மென்மையான தன்மை உடலில் உள்ளவர் களும் இருக்கிருர்கள் என்பதை அறிவோம். மேற்கூறிய கதை கட்டுக்கதையல்ல; உண்மையாகவே யிருக்கலாம் என்ற சந்தேகமும் நமக்கு உடனடியாகத் தோன்றும்.

அலர்ஜி என்பதை தமிழிலே கூற வேண்டுமானுல் "உடல் அணுக்களின் புரட்சி" என்று குறிப்பிடலாம். புரதம் அல்லது வேறு ஏதேனும் குறிப்பிட்ட பொருள் உணவு அல்லது காற்று, அல்லது வேறு எந்த வழியாக வோ உடலை அடைந்தால் சிலருடைய உடல் அணுக்கள் அவைகளை ஏற்க மறுத்துப் புரட்சி செய்கின்றன. இந்த புரட்சியானது, ஒரு நோயாக வெளியே தோன்றுகின்றது. உடலின் இத்தகைய ஒரு தன்மையைத்தான் அலர்ஜி என்கிருர்கள். இது ஒரு குடும்பத்தில் பாரம்பரியமாக தந்தையிலிருந்து மகனுக்கும், பேரனுக்கும், அவனு டைய பேரனுக்கும்கூட வரக்கூடிய ஒருவித பலஹீனம்.

அலர்ஜி உடலில் பலவிதமான உறுப்புகளிலும் தோன்றலாம். சுவாசப் பைகளின் வழியே வெளிப்படுகை யில் ஆஸ்த்துமா எனும் நோயாகின்றது. குடல் வழியே

தோன்றுகையில், பேதி எனும் பெயரை அடைகின்றது. மூக்கின் உட்புறத்தோல் வழியே வந்தால் வற்றுத சளி யாக மாறுகின்றது. சர்மத்தின் மீது வந்தால், எக்ஸீமா போன்ற சர்ம நோயாகின்றது. முட்டிகளின் மீது வந்தால் முட்டிகள் வீக்கம் என்ற பெயரை அடைகின்றது. இவ்வாறு ஆஸ்த்துமா சிலவகை முட்டி வீக்கம், சிலவிதமான பேதி நோய், எக்ஸீமா, வற்றுச்சளி முதலியவை அலர்ஜி என்ற தலைப்பின் கீழ் வைத்தியர்களால் ஒரேவிதமான நோயாகக் கருதி சிகிச்சை செய்யப்படுகின்றன. அலர்ஜி எனும் பலஹீனத்தன்மை உடலிலே பிறவியிலேயே சிலருக்கு இருக்கின்றது. என்றாலும், அதை உண்டாக்க சில பொருள்கள் காரணங்களாக அமைகின்றன. உணவிலே மீன், முட்டை முதலியவைகளும், சிலவகை புஷ்பங்களின் மகரந்தப்பொடியும் இந்நோயை உண்டு பண்ணக் கூடும்.

ஆஸ்த்துமா

இதை 'இரைப்பு' என்று தமிழில் அழைப்பார்கள். பாரம்பரியமாக வரக்கூடியது. இது அலர்ஜி எனப்படும் ஒருவகையான உடல் பலஹீனத்தை சேர்ந்தது என முன்பே கூறியுள்ளோம். ஆகவே, இது ஒரு தொத்து நோய் அல்ல.

குழந்தையிடம் ஆஸ்த்துமா எந்த வயதிலும் வரக் கூடும். அநேகமாக பத்து வயதிற்குள்ளேயே வந்து விடு கின்றது.

குழந்தையிடம் காணப்படும் ஆஸ்த்துமாவை மூன்று வகையாகப் பிரிக்கலாம்.

(1) பெரியவர்களிடம் காணப்படுகிற ஆஸ்த்துமா வைப் போல் மூச்சு மிகவும் பலமான சத்தத் துடன் சிரமப்பட்டு வெளியேறும் ஒருவகை

(2) சுவாசப்பையில் லேசாக இரைத்துக் கொண் டிருக்கும்; பார்வைக்கு சாதாரண சளி போன்று மூக்கில் லேசாக சளி கசிந்து கொண்டிருக்கும். இது இன்னொரு வகை

(3) ஏறக்குறைய மார்சளி எனும் பிரான்கைடிஸ் நோயைப் போன்று 'கொர், கொர்' என்ற சப்தத்துடன் குழந்தை மூச்சுவிடுவான். ஆனல் மார்சளியில் வருகின்ற காய்ச்சல் இந்த வகையான ஆஸ்த்துமாவில் இருக்காது. இது மூன்ரும் வகை.

ஆஸ்த்துமாவில் மூச்சுத் திணறிக்கொண்டு குழந்தை சுவாசிப்பதற்கு காரணம், சுவாசப்பைகளுக்கு காற்றைக் கொண்டு செல்லும் சிறு குழல்கள் (பிரான்குயூல்கள்) வீங்கி தடித்து அவைகளின் துவாரம் குறுகி விடுவதால் தான். மிகக் குறுகிய துவாரம் வழியே தேவையான மூச்சுக் காற்று செல்ல முடியாததினல், குழந்தைக்கு மூச்சுத்திணறல் ஏற்படுகின்றது.

பிரான்குயூல்கள் எனப்படும் காற்றுக் குழல்களின் துவாரம் சிறுத்து விடுவதற்கு காரணம் பின் வருவன. (1) மூச்சு என்பதை சரிவர இயங்கச் செய்வதற்கு மூச்சு நிலையம் என்ற ஒரு இடம் நமது மூளையில் உள்ளது. மூச்சை உள்ளே இழுத்து வெளியே விடச்செய்யும் பணியை ஒழுங்காக பரிபாலனம் செய்ய வேண்டியது மூச்சு நிலையத்தின் வேலை. இந்த மூச்சு நிலையத்தை பாதிக்கக் கூடிய பொருள்கள் வெறும் மனபாவனையாக இருக்கலாம். (**Psycholgically**) அல்லது இரத்த மூலம் சில விஷப்பொருள்கள் மூச்சு நிலையத்தை அடைந்து வேலையைக் கெடுக்கலாம். அல்லது வேறு ஏதேனும் ஒரு நோய் காரணமாகலாம். இந்நோயினல் ஏற்படும் வலி, எரிச்சல் போன்ற உணர்ச்சிகள் நரம்பு வழியே பரவி அதன் மூலம் மூச்சு நிலையம் பாதிக்கப்படலாம்.

மனேபாவனை எவ்வாறு மூச்சு நிலையத்தைப் பாதிக்கின்றது என்பதைக் கவனிப்போம். பயம், கோபம், வருத்தம் போன்ற மன உணர்ச்சிகள் மூச்சு நிலையத்தைப் பாதிக்கின்றன. பாரம்பரியமாக அலர்ஜி நிலை உள்ள குடும்பத்தில் பிறந்த சிறு குழந்தைக்குப் பயம், மன வருத்தம் ஏதாவது ஒன்று திடீரென்று ஏற்பட்டால் உடனே

இரைப்பு வந்துவிடுவதை அனுபவமுள்ள தாயார் கவனிக்கலாம். மனோபாவனையானது மூச்சு நிலையத்தை எவ்வளவு தூரம் பாதிக்கின்றது என்பதற்கு ஒரு உதாரணம் கொடுக்கலாம். அலர்ஜி உள்ள ஒரு சீமாட்டிக்கு ரோஜா மலர்களின் மணம் மூச்சுக் காற்றில் பட்டால் உடனே ஆஸ்த்துமா எனும் இரைப்பு ஏற்பட்டுவிடுமாம். சில சமயம் ரோஜா மலர்களை முகர்ந்து கூடப் பார்க்க வேண்டாம்; சற்று தொலைவிலே இருந்து பார்த்துவிட்டால் கூட உடனே இரைப்பு வந்துவிடும் அளவு அவளது உடல் அணுக்கள் பலஹீன மடைந்திருந்தனவாம். ஒரு சமயம் இந்த சீமாட்டிக்கு அவளது சிநேகிதி ஒருத்தி புஷ்பத் தொட்டியில் வைக்க, ஒரு கொத்து காகித ரோஜாமலர்கள் கொண்டுவந்து கொடுத்தாளாம். ரோஜாவைப்போல் உருவத்தில் அமைந்த வெறும் காகித மலரைக் கண்டதும் அந்த சீமாட்டிக்கு உடனே ஆஸ்த்துமா வந்துவிட்டதாம். காகிதம் என்றாலும் ரோஜா மலரைக் குறிப்பிடுவதால் அதனால் எழுந்த ஒரு பயமே இதற்குக் காரணம். இவ்வாறு வெறும் மனோபாவனையால் கூட ஆஸ்த்துமா ஏற்படும்.

இங்கிலாந்தில் இருந்த ஒரு பிரபல மந்திரிக்கு பூனையின் ரோமத்தினின்று வீசும் ஒருவித துர்நாற்றம் மூக்கில் பட்டதும் ஆஸ்த்துமா வந்துவிடுமாம். நாளடைவில் வெறும் பூனையைக் கண்டு விட்டாலே ஆஸ்த்துமா வந்துவிடுமளவு அவரது மனோபாவனை வெகுவாக மாறிவிட்டிருந்ததாம். தம்மை யாரேனும் விருந்துகளுக்கு அழைத்தால் அவர் முன்கூட்டியே ஒரு வார்த்தை கேட்டுக் கொண்டுதான் போவாராம். உங்கள் வீட்டில் பூனைகள் வளர்க்கப்பட வில்லையே! அவைகள் ஏதேனும் விருந்தின் போது குறுக்கும் நெடுக்குமாக உலாவாதே என்பது தான் அந்த ஒரு வார்த்தை!

இரத்த மூலம் உடலில் புகும் பொருள்கள், உணவு வகையாக இருக்கலாம். சில வகையான புரதப்பொருள் இரைப் பையில் ஜீரணமடைந்ததும் இரத்தத்தில்

சென்று மூளையை அடைந்து, மூச்சு நிலையத்தைப் பாதித்து ஆஸ்த்துமாவை உண்டாக்குகின்றன. அதனால் தான், சில ஆஸ்த்துமாக் காரர்களுக்கு மோர் அல்லது பால், முட்டை இவை போன்ற ஆகாரம் சாப்பிட்டதும் அடுத்த தினமே ஆஸ்த்துமா வந்துவிடுகின்றது. ஒவ்வொருவருக்கும் ஏதேனும் ஒருவகை புரதம் உணவுப் பொருளில் ஒத்துக்கொள்வதில்லை. அதனால்தான் ஒருவருக்கு மோர்சாப்பிட்டால் ஆஸ்த்துமா வந்துவிடுகின்றது, இன்னொருவருக்கு முட்டை சாப்பிட்டால் ஆஸ்த்துமா வருகின்றது.

மூன்றாவதாக, வேறு ஏதேனும் ஒரு நோய் காரணமாக எரிச்சல், வலிபோன்ற உணர்ச்சிகள் நரம்பு வழியே ஓடி மூளையிலுள்ள மூச்சு நிலையத்தைப் பாதிக்கலாம் என்றோம். அதைப் பற்றிக் கவனிப்போம். "தென்னை மரத்தில் தேள் கொட்டியதாம். பனைமரத்தில் நெறி ஏறியதாம்" என்று ஒரு பழமொழி வழக்கில் உண்டு. வேறு ஒரு நோயின் காரணமாக ஆஸ்த்துமா ஏற்படுவது ஏறக்குறைய இந்தப் பழமொழிக்குப் பொருத்தமானதாகத் தான் இருக்கின்றது. மூக்கு, தொண்டை அல்லது குடல் இவைகளில் ஏதேனும் ஒரு உபாதை ஏற்பட்டால், அது உடனே ஆஸ்த்துமாவை உண்டாக்கக்கூடும். உதாரணமாக அலர்ஜி உள்ள குழந்தைகளுக்கு டான்ஸில்கள் வீங்கிக்கொண்டால், ஆஸ்த்துமா உடனே ஆரம்பித்துவிடும். மூத்திரத் துவாரத்தை சதை அடைத்துக் கொண்டிருந்தால், சிரமப்பட்டு மூத்திரம் கழித்த உடனேயே ஆஸ்த்துமா வந்துவிடும்.

சிகிச்சை :—ஆஸ்த்துமா எனும் அலர்ஜி ஏற்பட பல விதமான காரணங்கள் உள்ளனவாதலால் அதை எளிதில் தாயாரே சிகிச்சைசெய்து விடுவது என்பது முடியாத காரியம். வைத்தியர், குழந்தையிடம் இரைப்பு வருவதற்குக் காரணம் என்ன என்று ஆராய்ந்து அறியவேண்டும். பரம்பரையாக குடும்பத்திலே அலர்ஜி எனும் பலஹீனம் இருப்பதை முதலில் விசாரித்து அறிந்துகொள்வார். பிறகு இந்த பலஹீனம், மனோபாவனையாலா, அல்லது உணவின் மூலமாகவா, அல்லது வேறு நோய்கள் காரண

மாகவா? எதன் மூலம் தூண்டப்பட்டு மூச்சு நிலையத்தைப் பாதித்து இரைப்பை உண்டாக்கி இருக்கிறது என்பதை ஆராய்ந்து கண்டுபிடித்து அதற்குத் தக்க சிகிச்சையை வகுத்துக் கொடுப்பார். "மோர் சாப்பிட்டால் ஆஸ்த்துமா ஏற்படுகிறதா? மோரை ஆகாரத்தினின்று நீக்கிவிடவும். டான்ஸில் அடிக்கடி வீங்கியிருப்பதால் ஆஸ்த்துமா ஏற்படுகின்றதா? சரி; டான்ஸில்களை வெட்டி வெளியே எடுத்துவிட வேண்டியதுதான். மூத்திர துவாரத்தில் சதை அடைத்திருப்பதால் ஆஸ்த்துமா ஏற்படுகின்றதா? முதலில் ரணசிகிச்சையால் அதை நிவர்த்திப்போம். பயம் காரணமாக ஆஸ்த்துமாவா? அதைப் போக்க தாயார் தக்க அன்பும் ஆதரவும் காட்ட உபதேசிப்போம்" என அவருடைய ஆராய்ச்சி பல துறையிலும் சென்று, சிகிச்சையை மிகவும் சிக்கலாக்கி விடுகின்றது. ஆகவே ஆஸ்த்துமாவை குணப்படுத்துவதற்கு இதுதான் சிகிச்சை என்று ஒன்றைக்கூற முடியாது. வைத்தியரிடம் ஆலோசித்து காரணத்தை ஆராய்ந்து, அதை நிவர்த்தி செய்தால் நோய் குணமாகும்.

தற்கால வைத்தியர்கள் ஆஸ்த்துமா நோய்க்கு புது விதமான சிகிச்சை ஒன்றைக் கையாளுகிறார்கள். அதற்குப் பெயர், டி சென்சிடை சேஷன். அதாவது குறிப்பிட்ட ஒரு வகை புரதப் பொருள் ஆஸ்த்துமாவை உண்டாக்குவதாக வைத்தியர் கண்டுபிடித்ததும், அந்தக் குறிப்பிட்ட புரதத்தைச் சிறிது சிறிதாக உடலில் ஊசி மூலம் செலுத்தினால் உடல் அணுக்கள் அவைகளை ஏற்றுப் பழகி விடுகின்றன. பிறகு அந்த குறிப்பிட்ட புரதத்தை ஏற்க மறுத்துப் புரட்சி செய்யாது அமைதியாகி விடுகின்றன என்ற உட்தத்துவத்தைக் கொண்டது மேற்கூறிய சிகிச்சை முறை. சிறு பிராயத்திலேயே சவனித்த சிகிச்சை செய்துவிட்டால் பிறகு வயதானவுடன் ஆஸ்த்துமா நோய் திரும்பவும் வராது தடுத்துவிடலாம் என்கிறார்கள் தற்கால வைத்தியர்கள்.

ஆஸ்த்துமா ஏற்பட்டிருக்கையில் தாயார் செய்ய வேண்டியவை:—சிரமப்பட்டு குழந்தைமூச்சு விடுவதைக்

கண்டு பயப்படவேண்டாம். ஆஸ்த்துமா ஏற்பட்டதும் வைத்தியருக்கு சொல்லி அனுப்பி விட்டு, ஒரு படுக்கையில் தலையணையை உயரமாக வைத்து சாய்ந்த வாக்கில் படுக்கவிட வேண்டும். வைத்தியர் அருகில் இல்லாவிடில், இருமலுக்காக வைத்திருக்கும் இருமல் மருந்தில் ஒரு தேக்கரண்டி எடுத்து உள்ளுக்குச் சாப்பிடக் கொடுக்கலாம். எல்லா இருமல் மருந்துகளிலும் அநேகமாக எபிடிரின் எனும் பொருள் கலந்திருக்கிறது. மூச்சுக் குழல்களை விரித்துவிடும் சக்தி இப்பொருளுக்கு உண்டு. ஆகவே, மருந்தை உட்கொண்ட பின்பு குழந்தை மிகவும் நிதானமாக மூச்சுவிடத் துவங்குவான்.

பிறகு ஒரு எனிமா கொடுத்து குடலைச் சுத்தப்படுத்த வேண்டும். ஆகாரம் அதிகம் கொடுத்து அவனது சிரமத்தை அதிகரிப்பதைவிட, சிறிதளவு குளுகோஸ் போட்ட வெந்நீர் குடிக்கக் கொடுத்து குழந்தையை பட்டினி போடுவது சாலச்சிறந்தது. ஆஸ்த்துமா மிகவும் கடுமையாக இருந்தால் வைத்தியர், அட்ரினலீன் எனும் மருந்தை ஊசியினால் உள்ளுக்குச் செலுத்துவார். மூச்சுக் குழலின் துவாரத்தை இம்மருந்து விரியச் செய்யும் தன்மையுடையது. அத்துடன் உள்ளுக்கு தேங்கியுள்ள சளி வெளிவர, உள்ளே சாப்பிட மருந்தும் கொடுப்பார். சில சமயம் மூச்சுத் திணறல் அதிகம் இருந்தால் பிராண வாயு, கரியமிலவாயு இரண்டும் அளவோடு அடைத்த இரும்புக் குழாயிலிருந்து சிறு ரப்பர் குழாயைப் பிணைத்து அதன் வழியே தேவையான சுவாசக் காற்றை மூக்கிற்குள் விடும்படி நேரலாம்.

பிறகு இரைப்பு அடங்கியதும், காரணம் என்ன என்று ஆராய்ந்து அதற்குத்தக்க சிகிச்சை செய்யத் துவங்குவார்.

இரைப்பு நோவுக்கு உட்பட்ட குழந்தையை தாயார் பின்வருமாறு கவனித்துக் கொள்ள வேண்டும். (1) மழையில் நனையாது, ஈரக்காற்றில் விளையாடாது பாதுகாக்க வேண்டும். (2) வயிறு புடைக்க ஆகாரம் அளித்தல் கூடாது. இரவு ஆகாரத்தை அஸ்தமிக்கும் சமயமே

புகட்டி, தூங்குவதற்கு முன் அது நன்ருக ஜீரணித்துவிட அவனை விளையாட்டில் சிறிது நேரம் ஈடுபடுத்திக் கொண்டிருக்க வேண்டும். (3) மலச்சிக்கல் ஏற்பட்டிருந்தால் அப்போதைக்கப்போது நிவர்த்தி செய்துவிட வேண்டும். (4) அவனுக்கு ஒத்துக் கொள்ளாத ஆகாரப் பொருள்களை உணவினின்று நீக்கிவிட வேண்டும்.

எக்ஸீமா

இதைக் கரப்பான் என்று அழைப்பார்கள். இது குழந்தைப் பருவத்துச் சர்மத்தில் ஏற்படக் கூடிய அநேக நோய்களில் மிகவும் முக்கியமானது. தற்கால வைத்தியர்கள் இதை ஒரு தனிப்பட்ட நோய் என்று கருதுவதில்லை. ஆஸ்த்துமா போன்று இதுவும் ஒரு வகையான அலர்ஜி என்றே எண்ணுகின்றனர்.

சர்மத்தில் இந்நோய் ஏற்பட பல பொருள்கள் காரணமாகின்றன. அலர்ஜி உள்ள சில குழந்தைக்கு ஆகாரத்தில் முட்டை போன்ற புரதசத்துள்ள உணவைச் சேர்த்தால், உடனே சர்மத்தில் எக்ஸீமா வந்து விடுகின்றது. கம்பளி நூலால் நெய்த பனியன், முயல் தோலினல் செய்த பெல்ட், பாதரக்ஷை, சிலவக்கைப் பட்டு ஆடைகள் இவைகளை அணிவித்தால் கூட சில குழந்தைகளுக்கு கரப்பான் வந்து விடுகின்றது. சில குழந்தைகளுக்கு சீயக்காய் பொடி ஒத்துக் கொள்வதில்லை. எண்ணெய் தேய்த்து, பிறகு சீயக்காய் பொடியினுல் தலையைத் தேய்த்துக் கழுவினுல் சர்மம் அதனுல் மிகவும் சிவந்து வீங்கி அதன் மீது கரப்பான் வர ஏதுவாகின்றது. குழந்தைப் பருவத்தில் மிகவும் செழுமையாக வளர்ந்திருக்கும் குழந்தைக்கு கரப்பான் நோய் சட்டென வந்து விடுகிறதைக் காணலாம்.

நோயின் அறிகுறி:—ஆரம்பத்தில் அரிப்பும் எரிச்சலுமாகத் துவங்குகின்றது. அரிப்பதால் அந்த இடத்தை அடிக்கடி குழந்தை சொரிந்து கொள்கிருன் அதனுல் சர்மம் சிவந்து தடித்துக் கொண்டு விடுகிறது அதற்கு அடுத்தாற்போல் இவ்வாறு சிவந்த சர்மத்தின் மீது சிறு கொப்புளங்கள் எழுகின்றன. இந்த கொப்புளங்

களில் நீர் தேங்கி இருக்கும்: இவை உடைந்து கொண்டதும், உள்ளிருந்த தண்ணீர் சர்மத்தின் மீது கசிந்து வெளியே வடியத்துவங்குகிறது. இந்நிலையில் கரப்பான் நோயை ஆங்கிலத்தில் (**Weeping Eczema**) என்று அழைப்பார்கள். சில தினங்களில் நீர் கசிவது நின்று ரணம் ஆறத்துவங்குகின்றது. ஆறின நிலையில் இந்நோய் வெண்மையான ஜவ்வுக் காகிதம் போன்ற பொருக்கினால் மூடப்பட்டு, ரோஜா நிறமுள்ள சிவந்த சிறு ரணமாகக் காணப்படும்.

கன்னங்கள், நெற்றி, காதுகளின் பின்புறம், கழுத்து முதலிய இடங்களில்தான் இந்நோய் அதிகம் காணப்படும். ஒருதடவை நோய் வந்தால் பல மாதங்கள் ஆருது தொந்தரவு கொடுத்த வண்ணமிருக்கும்.

சிகிச்சை:—காரணம் என்னவென்று அறிந்து அதை நீக்கி விட வேண்டும். அதுதான் நோய்க்கு உற்ற முதல் சிகிச்சை. பொதுவாக, கீழ்க்கண்ட முறைகளைத் தாயார் சிகிச்சையில் அப்பியாசிக்கலாம்.

குழந்தைக்கு நன்ருகப் பேதிக்கு கொடுத்துக் குடலைச் சுத்தப் படுத்த வேண்டும். புண்ணுகி உள்ள சர்மத்தின் மீது சிபோசால் களிம்பை இரவில் தடவி வைத்தால் ரணம் ஆற உதவியாகும். புண்ணுகியுள்ள சர்மத்தின்மீது சோப்பு, சீயக்காய் இவைகளைத் தடவக் கூடாது. குழந்தையைக் குளிப்பாட்டுகையில், சோப்பிற்குப் பதில் பயத்தம் பருப்பு பொடி, கடலைமாவு இவைகளையே உபயோகிக்க வேண்டும். முட்டை, மீன், புட்டிப்பால் இவைகளினுல் ஏற்பட்டது என்ற சந்தேகமிருக்குமானுல் அவைகளை குழந்தைக்கு கொடுக்கக் கூடாது. உடைகளில் தாயார் கவனம் செலுத்த வேண்டும். கம்பளி ஸ்வெட்டர், பனியன் முதலியவை அணிவிக்காது, சாதாரண நூல் துணியால் ஆன கனமான ஆடைகளையே உபயோகிக்க வேண்டும். தானே குணமாகாது பல மாதங்கள் தொந்தரவளிக்கும் கரப்பான் நோயைப் பற்றி வைத்தியரிடம் ஆலோசனை கேட்பது நலம்.

11. சர்மத்தைப் பற்றிய நோய்கள்

சர்மத்தைப் பற்றிய நோய்கள் நூற்றுக் கணக்கானவை. அவைகள் எல்லாவற்றையும் பற்றி இங்கே குறிப்பிடுவது சாத்தியமல்ல. மேலும் அவைகள் எல்லாவற்றையும் தெரிந்து கொள்ளவேண்டியது தேவையுமல்ல. குழந்தைக்கு வரக்கூடிய சில சர்ம நோய்களைப் பற்றி மட்டும் இங்கே கவனிப்போம்.

வேர்க்குரு

வெய்யிற் காலத்தில் குழந்தை மீது வேர்க்குரு தோன்றுகிறது. நெற்றி, முதுகு, மணிக்கட்டு முதலிய இடங்களில் சர்மத்தின் மீது சிறு சிவந்த எழுச்சிகளாக வேர்க்குரு காணப்படும். இந்த சிறு எழுச்சிகளை உற்றுக் கவனித்தால், ஊசிமுனை அளவிற்கு நீர் தேங்கி சிறு கொப்புளங்களாக இருப்பதை அறியலாம். இவைகளினல் தாங்க முடியாத அரிப்பு ஏற்படும். அதனல் குழந்தை தூக்கம் இன்றி அழுது தொந்தரவு செய்வான்.

சிகிச்சை:—குழந்தையை கோடை நாட்களில் காற்றோட்டமான இடத்தில் தூங்கச் செய்யவேண்டும். உடலின் மீது கனமான ஆடைகளை அணிவிக்காது மெல்லிய உடைகளையே அணிவிக்க வேண்டும். தினமும் இருவேளை குழந்தையைக் குளிப்பாட்டி, குளித்த பின்பு ஒவ்வொரு முறையும் உடல் முழுவதும் முகப்பவுடர் அல்லது குழந்தைக்கு உபயோகிக்க வாங்கி வைத்துள்ள பவுடர் வகையில் ஏதேனும் ஒன்றை சர்மத்தின் மீது நன்ருகப் பரவ ஒத்த வேண்டும். இவ்வாறு கோடை காலத்தில் குழந்தையைக் கவனித்துக்கொண்டால் வேர்க்குரு வராது தடுத்துவிடலாம்.

வேர்க்குரு வந்த பின்பு, அதை நிவர்த்திக்க குழந்தையை தினசரி இருவேளை குளிப்பாட்டி ஜிங் ஆக்சைட் எனும் மருந்துப் பொடி, போரிக் பவுடர், அரிசிமாவு

மூன்றும் சம அளவில் கலந்து அதை மேலே வேர்க்குரு வந்துள்ள பாகங்களில் பூசினால் நலம் ஏற்படும். சாதாரணமாக வீட்டில் இதற்கு பெரியவர்கள் ஒரு வைத்தியம் செய்வதுண்டு. சந்தனக் குழம்பில் பன்னீர் விட்டுக் கரைத்து உடல் முழுவதும் பூசிவிடுவதுண்டு. இல்லாவிடில் பன நுங்குகளில் உள்ள நீரை எடுத்து சர்மத்தின் மீது பூசிவிடுவதும் உண்டு. இந்த மாதிரியான சிகிச்சை முறைகளும் குணமளிப்பதை அனுபவத்தில் காணலாம்.

பூச்சிக்கடி

மூட்டைப்பூச்சி, கம்பளிப்பூச்சி, பூரான் போன்றவை கடிப்பதினால் குழந்தையின் உடல் சர்மத்தின்மீது சிவந்த தடித்த எழுச்சிகளை உண்டாக்குகின்றன. இவைகள் மிகுந்த எரிச்சலையும் அரிப்பையும் கொடுப்பதால் குழந்தை மிகவும் அழக்கூடும்.

சிகிச்சை:—மூட்டைப் பூச்சி கடியினால் தடித்த இடத்திற்கு வெந்நீரை விட்டு நன்றாக கழுவி வேர்க்குருவிற்கு உபயோகிக்கும் மேற்சொன்ன பவுடரைப் பூசினால் உடனே குணமடைந்து விடும். இத்துடன் உள்ளே சாப்பிட குழந்தைக்கு ½ மாத்திரை கால்ஷியமும் கொடுக்கலாம்.

சிலந்தி, பூரான், வண்டு முதலியனவாக இருந்தால்:—கடித்த இடத்தில் பூச்சியின் கொடுக்கு இருக்கின்றதா என்று பார்க்கவேண்டும். இருந்தால் அதை எடுத்துவிடவேண்டும். பிறகு சோடா உப்பு ஒரு தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து ஒரு கோப்பை தண்ணீரில் கரைத்துக்கொண்டு, அந்த இடத்தில் விட்டு நன்றாகக் கழுவ வேண்டும். கழுவும்போது சர்மத்தை அழுத்தித் தேய்க்கக் கூடாது. பிறகு பஞ்சினால் ஒத்திவிட்டு ஒரு சொட்டு தேங்காய் எண்ணெயை அதன்மீது பூசினால் எரிச்சலும் அரிப்பும் குறையும்.

சொரி சிரங்கு: —இதை ஸ்கேபீஸ் என்று ஆங்கிலத்தில் அழைப்பார்கள். 'இச்மைட்' எனப்படும் ஒருவித

பூச்சியினுல் இந்நோய் உண்டாகின்றது. இப்பூச்சி சர்மத்தின் இடுக்குகளில் குழிபறித்துக் கொண்டு உள்ளே சென்று முட்டையிட்டு குஞ்சுபொரித்து வளர்ந்து நோயை உண்டு பண்ணுகின்றது. இப்பூச்சி சர்மத்தின்மீது குடியேறியவுடன் தாங்கொணுத அரிப்பை உண்டாக்குகின்றது. அனேகமாக சொரி சிரங்கு கைவிரல் களுக்கு இடையிலும் முழங்கை, அக்குள், கை மணிக் கட்டு முதலிய இடங்களிலும் ஆரம்பிக்கின்றது. பிறகு தான் தேக முழுவதும் பரவத் துவங்குகிறது. இது ஒரு வரிடமிருந்து இன்னெருவருக்கு வந்துவிடும் தொத்து நோய். ஆகவே, சிரங்கு நோய் உள்ள குழந்தையுடன் விளையாடுவதினுலும், குழந்தையின் ஆடையை ஆரோக் கியமான குழந்தையின் ஆடையுடன் கலந்து தோய்த்து உலர்த்தி உடுத்துவதாலும் ஒரு குழந்தையிடமிருந்து மற்ருெரு குழந்தைக்குப் பரவ ஏதுவாகின்றது.

நோயின் அறிகுறி :—சொரி சிரங்கினுல் தேகமுழுவ தும் சகிக்க முடியாத அரிப்பு ஏற்படுகின்றது. இது முக் கியமாக இரவு வேளைகளிலேதான் அதிகமாக இருக்கும். அதனுல் குழந்தை தூங்காது அழுது தொந்தரவு செய் வான். அதிகம் சொரிவதனுல் சர்மம் காயமடைந்து புண் ணுகி சீழ் கட்டிக்கொண்டுவிடும்.

சிகிச்சை :—ஒரு குழந்தைக்கு சொரி சிரங்கு ஏற்பட் டால், வீட்டிலிருக்கும் மற்ற குழந்தைகளுக்கும் இந் நோய் பரவா வண்ணம் சிரங்குற்ற குழந்தையின் ஆடை களை வெந்நீரில் போட்டு கொதிக்கவைத்து காயவைக்க வேண்டும். மற்ற குழந்தைகள் நோயாளியை தொட்டு விளையாட அனுமதிக்கக் கூடாது. குழந்தையைக் குளிப் பாட்டுகையில் சோப்பு, சியக்காய்ப்பொடி இவைகளை உப யோகிக்காது கடலைமாவு போன்றதினுல் தேய்த்துக் குளிப் பாட்டுவது நலம். சீழ் கட்டிகள் அதிகம் ஏற்பட்டிருந் தால் வைத்தியரிடம் காட்டி சிகிச்சை செய்வது நலம். சீழ் கட்டிகளுக்கு சிபோசால்களிம்பு போட்டு உள்ளுக்கு ஸல்பானிலமைட் மாத்திரைகளை கொடுத்தோ பெனிஸி லின் ஊசி போட்டோ வைத்தியர் கட்டிகளை சட்டெனக் குணப்படுத்துவார். மிகவும் சொரிந்து புண்ணுகிவிட்டி

ருக்கும் சர்மத்தின் எரிச்சலை குறைக்க ஸிங்கிரீம் எனும் களிம்பைப் பூசுவார். பிறகு "இச்மைட்டை" கிருமியை கொன்று வியாதியைக் குணப்படுத்த அதற்கென பிரத்தி யேகமாகத் தயாரித்த கந்தகம் கலந்த களிம்பையோ அல்லது 'பென்ஸீன் பென்ஸோவேட்' எனும் மருந்து கலந்து கடைகளில் விற்கும் பல்வேறு திரவத்தை உப யோகிக்கவோ ஆலோசனை கூறுவார். சரிவர கவனிக்கா விடில் வீடுமுழுவதும் பரவி, மாதக் கணக்கிலே குண மாகாது தொல்லை கொடுத்து ஆரோக்கியத்தை நலியச் செய்யும் நோயாதலால் சட்டென வைத்தியரிடம் காண் பித்து சிகிச்சை செய்வதுதான் தக்க முறையாகும்.

சிரங்கு

இதை ஆங்கிலத்தில் 'இம்படைகோ' என்று அழைப்பார்கள். குழந்தைகளிடம் காணப்படும் சர்ம வியாதிகளில் இதுவும் ஒன்று. ஒரு வயதுக் குழந்தை களைவிட ஓடியாடி விளையாடும் வயது வந்த குழந்தை களிடமே இது அதிகம் ஏற்படுகின்றது. இதுவும் ஒரு குழந்தையிடமிருந்து இன்னொரு குழந்தைக்குப் பரவி விடும் தொத்து நோய் ஆகும். இது ஸ்ரெப்டோகாக்கை, ஸ்டெபிலோகாக்கை என்ற இரண்டுவிதமான கிருமிக ளால் ஏற்படுவதாக வைத்தியர்கள் கருதுகின்றனர்.

நோயின் அறிகுறி :— முதலில் சிறிய சிவந்த கொப் புளமாக சர்மத்தின்மீது ஆரம்பித்து இரண்டொரு தினங் களில் மஞ்சள் நிறமாக மாறி உடைந்து கொள்கின்றன. உள்ளிருக்கும் துர்நீர் வெளியே கசிந்ததும் புண்ணின் மீது கறுப்பு நிறமானதொரு பொருக்கு வளர்ந்து மூடிக் கொண்டு விடுகின்றது. குடைபோல் சற்று தூக்கிக் கொண்டு நிற்கும் இந்தப் பொருக்கை சிரங்குப் புண்மீதி ருந்து சுலபமாக அப்புறப் படுத்திவிடலாம்.

சிரங்கு மிகவும் அரிப்பை உண்டாக்கும் நோய். சிரங் குற்ற பாகத்தைக் குழந்தை சொரியும்பொழுது நகத்தின் இடுக்கில் அழுக்கும், கிருமிகளும் புகுந்து கொண்டுவிடு கின்றன. ஆரோக்கியமான சர்மத்தின்மீது இந்த விரல்

கள் படும்பொழுது கிருமிகள் அங்கே குடியேறி நோயைப் பரப்புகின்றன.

சிகிச்சை:—இந்நோய் ஏற்படாது குழந்தையைப் பாதுகாப்பது முதல் சிகிச்சையாகும். தெரு மண்ணில் புழுதியை வாரி இறைத்துக்கொண்டு விளையாடக் குழந்தையை அனுமதிக்கக் கூடாது. மண்ணில் விளையாடி அழுக்காகி விட்டிருக்கும் குழந்தையை உடனே நன்ருக வெந்நீரில் குளிப்பாட்டி, துடைத்து சுத்தமான ஆடைகளை அணிவிக்க வேண்டும். நோய் ஏற்பட்டுவிட்டால் குழந்தையின் ஆடைகள் மற்ற குழந்தைகளின் ஆடைகளுடன் கலந்து நோயைப் பரப்பாதிருக்க, தனியே வெந்நீரில் கொதிக்கவைத்து தோய்த்துக் காயவைக்க வேண்டும். சிரங்கு குழந்தையின் தொடை, கால்கள், இடுப்பின் பின்புறம் முதலிய இடங்களில் தான் அதிகமாக ஏற்படுகின்றது. குளிப்பாட்டுகையில், புண்மீது இளஞ்சூடான வெந்நீரை விட்டு சிறிது நேரம் ஊறவைக்க வேண்டும். நீரில் நனைந்துபோன பொருக்குகளை விரலால் தாயார் மெல்லப்பிடித்து எடுத்துவிட முடியும். சிரங்கு வந்துள்ள குழந்தைக்குப் பொதுவாக புண்மீது சோப்பு, சீயக்காய் முதலியவற்றை தேய்க்கவே கூடாது. பயத்தம் பருப்புப் பொடி, கடலைமாவு இவைகளில் ஏதேனும் ஒன்றைப் பூசிக் குளிப்பாட்டலாம். குளிப்பாட்டியதும் துணியால் நன்ருகத் துடைத்துவிட்டு, சிவந்து ரணமாகக் காணப்படும் புண்மீது ஜென்ஷியன் வயலட் எனும் திரவத்தைப் பஞ்சினுல் தோய்த்து தடவ வேண்டும். இரண்டு மூன்று தினங்கள் இவ்வாறு செய்தால் புண் காய்ந்து உலர்ந்து ஆறிவிடும். சிபோசால் களிம்பு தடவினுலும் ரணம் ஆறிவிடும். சிரங்கு மிகவும் அதிகம் ஏற்பட்டிருந்து எல்லாப் பொருக்குகளையும் கையில் பிய்த்து எடுக்க சிரமமாக இருந்தால், சிரங்குற்ற பாகத்தின்மீது இரவு குழந்தை தூங்கும்போது மாவைக்கிளரி இளஞ்சூடாக இருக்கையில் நன்ருக அப்பிவிட்டு துணியினுல் அழுத்தி மூடிவிட வேண்டும். மறுநாள் காலை துணியை லேசாகப் பிரித்து எடுக்கையில் துணியுடன் ஒட்டிக்கொண்டிருக்கும் மாவில் சிரங்குப் பொருக்கு படர் போல் பெயர்ந்து வந்து விடும். சிரங்கு, தாயாரின்

சிகிச்சைக்கு கட்டுப்படாவிட்டால் வைத்தியரிடம் காட்டி சிகிச்சை பெறுவதுதான் சாலச் சிறந்தது. சிரங்குற்ற குழந்தைக்குப் பால், தயிர், கீரை முதலியவை ஆகாரத்தில் அதிகம் சேர்க்க வேண்டும். குழந்தைக்குச் சிகிச்சை செய்யும் தாயார் தனது கைகளை அப்போதைக்கப்போது டெட்டால் மருந்து நீரில் கழுவிக்கொள்ள வேண்டும்.

படர்தாமரை

இதை வண்ணான்படை, எச்சிற்றழும்பு என்றும் அழைப்பார்கள். ஆங்கிலத்தில் 'ரிங்வேர்ம்' என்று அழைப்பார்கள். சர்மத்தைப் பற்றிய தொத்து நோய்களில் இதுவும் ஒன்று. குழந்தையிடம் இந்நோய் முகம், கைகள், கால்கள், வயிறு முதலிய இடங்களின் சர்மத்தின் மீது சிவந்த வட்டங்கள் போன்று காணப்படும். காளான் வகையைச் சேர்ந்த ஒருவகைக் கிருமியினால் இந்நோய் ஏற்படுகின்றது. இடுப்பில் இந்நோய் உள்ள வேலைக்காரி குழந்தையைத் தூக்கி வைத்துக் கொண்டால் நோய் குழந்தையின் தொடை, பெண் உறுப்பு அல்லது ஆண் உறுப்பு இங்குள்ள சர்மத்தின் மீது ஏற்படுகின்றது. சலவையிலிருந்து வந்த ஆடைகளை வெயிலில் போட்டுக் காயவைத்து பிறகு எடுத்து உடுத்தாது அப்படியே எடுத்து உடுத்திக்கொண்டாலும் இந்நோய் வரலாம் என்று சிலர் கருதுகின்றனர்.

நோயின் அறிகுறி:—பட்டாணிக் கடலை அளவில் சிறு வட்டவடிவமான எழுச்சியாக நோய் சர்மத்தில் ஆரம்பிக்கின்றது. முதலில் சிவந்து தடித்துக் காணப்படும். சில தினங்களில், உருவத்தில் விருத்தியடைந்து காலணா நாணயத்தின் அளவை அடைந்துவிடும். படையின் ஓரத்திலே வேர்க்குரு போன்ற கொப்புளங்களைக் காணலாம். நடுவிலே உள்ள பாகம் காய்ந்து உலர்ந்து ஆறிவிடும். சுற்றிலுமுள்ள ஓரம் மட்டும் தீவிரமாகி அகன்று தாமரை இலைபோல் நாளுக்குநாள் பெரிதாகிக் கொண்டுபோகும். இவ்வாறு போவதினால் தான் ஆங்கிலத்தில் ரிங்வோர்ம் என்ற பெயரையும், தமிழில் படர் தாமரை என்ற பெயரையும் அடைந்துள்ளது. அரிப்பும்

எரிச்சலும் இரவு வேளைகளில் அதிகமாக இருக்கும். குழந்தை தூங்காது தொந்தரவு கொடுப்பான்.

சிகிச்சை:—இந்நோயுள்ளவர்களின் ஆடைகளை மற்ற குழந்தைகளுடைய ஆடைகளுடன் சேர்த்து வைக்கக் கூடாது. நோயுள்ள வேலைக்காரி குழந்தையை தூக்கும்படி அனுமதிக்கக் கூடாது.

இந்நோய்க்கு சாதாரணமாக ஸாலிஸிலிக் ஆசிட் என்ற மருந்தை ஸ்பிரிட் திரவத்தில் கலந்து பூசி குணமடையச் செய்கிறார் வைத்தியர். இது மிகவும் பழைய காலந்தொட்டு படைநோய்க்கு எல்லோரும் கையாளும் மருந்து. கடைகளில் சாதாரணமாக படைமருந்து என்ற பெயரில் விற்பதைக் காணலாம். தற்கால வைத்தியர்கள் இந்நோய்க்கு ஆரோமைசின், குளோரோமைசிடின் டெர்ராமைசின் இவைகளின் களிம்பை உபயோகிக்கின்றனர். பினைல்மொக்குயூரிக் குளோரைட் எனும் மருந்தும் உபயோகிக்கப்படுகின்றது. இந்நோயை தாய் தானே சிகிச்சை செய்வதைவிட வைத்தியரிடம் காட்டிச் சிகிச்சை பெறுவது நலமாகும்.

கொப்புளங்கள்

மயிர் கால்களைச் சுற்றிலும் ஏற்படும் சீழ்கட்டிகள் குழந்தையிடம் அடிக்கடி காணப்படும் ஒருவிதத் தொந்தரவு. அநேகமாக கோடை காலத்திலும், சில சமயம் குழந்தையின் ஆரோக்கியம் நலிந்துள்ள போதும் சீழ்கட்டிகள் ஏற்படுகின்றன.

அறிகுறி:—சிறிய சிவந்த புள்ளியாக ஆரம்பிக்கும் கட்டி பெரிதாகி சிவப்பு மஞ்சளாக மாறி வெடித்து, சீழை வெளியே கக்கும்.

சிகிச்சை:—தானே கட்டி உடைந்து விட்டால் சீழைப் பஞ்சினால் துடைத்துவிட்டுப் புண்மீது ஸல்பானிலமைட் பொடியை வைத்துக் கட்டிவிடலாம். தானே உடையாது நோவு ஏற்பட்டு தொந்தரவு கொடுத்தால் கட்டியைப் பழுக்க வைக்க மாவு கிளறிவைத்துக் கட்ட

லாம். கட்டி அக்குள், நெற்றி முதலிய இடங்களில் மிகவும் பெரியதாக ஏற்பட்டிருந்தால், தாயார் வைத்திய ரிடம் காட்டி அதை கீறிக் குணப்படுத்தச் செய்யலாம். கட்டி ஆரம்பிக்கும் நிலையில் ஸல்பானிலமைட், பெனிஸி லின் போன்ற மருந்துகளால் பெரியதாகாது அப்படியே அடங்கிவிடும்படி குணப்படுத்திவிட முடியும்.

அக்கி

இதை ஆங்கிலத்தில் எரிஸிபஸ் என்று அழைப் பார்கள். விஷத் தன்மை மிக்க ஸ்ட்ரெப்டோ காக்கை எனும் கிருமிகளால் ஏற்படக் கூடிய மிகவும் அபாயகர மான ஒரு தொத்துநோய். உடலில் உள்ள சர்மத்தில் எந்தப் பாகத்தை வேண்டுமானாலும் நோய் பாதிக்கலாம். அநேகமாக இது முகத்தின் மீதுள்ள சர்மத்தில்தான் ஏற்படுகின்றது.

நோயின். அறிகுறி:— திடீரென்று கடுங் குளிரும், தலைவலியுமாக ஆரம்பிக்கும். காய்ச்சல் வேகமாக அதி கரித்து 104 டிகிரிக்குமேல் சென்று சிறு குழந்தைக ளுக்கு வலிப்பை உண்டாக்கி விடலாம். நோயுற்ற சர்மம் சிவந்து தடித்துக் காணப்படும். அரிப்பும், எரிச்சலும் தாங்க முடியாதனவாக இருக்கும். வீங்கியுள்ள சர்மத்தை தொட்டால் கைக்கு சூடாகக் காணப்படும்.

சிகிச்சை:— இந்நோயை தாயார் தானே சிகிச்சை செய்தல் கூடாது. வைத்தியரைக் கூப்பிட்டு உடனே தாமதமின்றிக் காட்டி சிகிச்சை செய்விக்க வேண்டும். வைத்தியர் வரும்வரை குழந்தையை ஒரு அறையில் படுக்கவைத்து, மற்ற குழந்தையுடன் சேர்ந்து விளையா டாது பார்த்துக்கொள்ள வேண்டும். பெனிஸிலின், ஸல்பானிலமைட் போன்ற மருந்துகளால் இக்காலத்தில் இதை எளிதில் குணப்படுத்த முடிகின்றது. இந்நோய் உள்ள குழந்தைக்கு சில தினங்கள் நீர் ஆகாரமாக அளிப்பது நலம். இது தொத்து நோய் ஆதலால் தாயார் தனது கரங்களை மருந்து நீரில் கழுவிப் பரிசுத்தம் செய்துகொள்ள வேண்டியது அவசியம்.

12. சில தொத்து நோய்கள்

பொதுவாக தொத்து நோய்களைப் பற்றி:—ஒருவரிடமிருந்து இன்னொருவருக்கு வந்துவிடுகிற நோய்களைத்தான் தொத்து நோய்கள் என்பார்கள். உணவு, உடை, மூச்சுக் காற்று முதலியன மூலம் நோயாளியிடமிருந்து ஆரோக்கியமானவர்களுக்கு தொத்துநோய்கள் பரவுகின்றன. ஆனால் சிலசமயம் நோயாளியுடன் நேராக தொடர்பு இல்லாவிட்டாலும் நோயாளியின் அருகே சென்றிருந்தவர்கள் மூலமாகவும் நோய்கள் மற்றவர்களுக்குப் பரவக் கூடும்.

தொத்து நோய்களின் போது பொதுவாக கவனிக்கவேண்டிய விஷயங்கள்:—தொத்து நோயால் பீடிக்கப்பட்டுள்ள குழந்தையைத் தனியே ஒரு அறையில் வைத்து சிகிச்சை செய்விக்க வேண்டும். வீட்டிலுள்ள மற்ற குழந்தைகள், உறவினர்கள், நண்பர்கள் முதலியவர்கள் அந்த அறைக்குள் செல்ல அனுமதிக்கப்படக் கூடாது. நோயாளியை கவனிக்கும் வைத்தியரும், பணிவிடை செய்யும் தாயோ அல்லது பாட்டியாரோ மட்டுந்தான் அறைக்குள் செல்லலாம்.

நோயாளியின் அறை வெளிச்சமும், காற்றோட்டமும் உள்ளதாக இருப்பது அவசியம். தரையில் கம்பளி விரிப்பு, ஜன்னல் துணிகள், சுவர்களில் படங்கள் இவைகளிருந்தால் அவைகளை அகற்றிவிட வேண்டும். தேவையில்லாத பொருள் எதுவும் அறைக்குள் இருக்கக் கூடாது. நோயாளியின் அறைக்குள்ளே வீட்டிலே வளர்க்கும் பூனை, நாய் போன்ற மிருகங்களை வர அனுமதிக்கக் கூடாது.

நோயாளிக்குப் பணிவிடை செய்யும் தாயார், சுத்தமான உடைகள் அணிந்திருக்க வேண்டும். நோயாளியை தொட்டுவிட்டு உடைகளை மாற்றாது, வீட்டின் மற்ற பாகத்திற்கு செல்லக் கூடாது. நோயாளிக்கு பணிவிடை செய்து விட்டு வெளியே வரும் தாயார், ஒரு வாளியில் தண்ணீர் விட்டு நிரப்பி அத்துடன் ஒரு அவுன்ஸ் பினை

லும் விட்டு கலக்கி, அந்த நீரில் தனது ஆடைகளைக் களைந்து ஊற வைத்து விட்டு, ஒரு அவுன்ஸ் டெட்டால் நீரை இரண்டு வாளி வெந்நீருடன் கலந்து அதில் தானும் ஸ்நானம் செய்த பிறகு வேற்றுடை அணிந்துகொண்ட தும் உணவு உட்கொள்ளச் செல்ல வேண்டும்.

நோயாளியின் அறையிலே ஒரு மேஜைமீது ஒரு பீங்கானில் வெந்நீரும், ஒரு சோப்பு கட்டியும் வைத்திருக்க வேண்டும். இன்னொரு பீங்கானில் வெந்நீருடன் டெட்டால் கலந்த மருந்து நீரை நிரப்பி வைத்திருக்க வேண்டும். சுத்தமாக வெளுத்த ஒரு துண்டு கை துடைக்க அத்துடன் இருப்பது அவசியம். நோயாளியை தொட்ட ஒவ்வொரு முறையும் தாயார் சோப்புப்போட்டு கை கழுவிக் கொண்டு பிறகு மருந்து நீரில் கையை நன்ருகச் சுத்தம் செய்து கொண்டு துண்டினால் நன்ருகத் துடைத்துக் கொள்ள வேண்டும். இத்துடன் அறையில் ஒரு பெரிய சீசா நிறைய பினையில் எனும் மருந்து திரவமும் வைத்திருக்க வேண்டும். நோயாளியின் வாந்தி, எச்சில், மலம், மூத்திரம் இவைகளை தனியே ஒரு வாளியிலோ பீங்கானிலோ சேகரித்து அத்துடன் பினையிலை விட்டு அரைமணி நேரம் நன்ருக ஊற வைத்து பிறகு அப்புறப் படுத்த வேண்டும். நோயாளியின் ஆடைகளை பினையில் விட்ட தண்ணீரில் நன்ருக ஊற வைத்துப் பிறகு கொதிக்கும் வெந்நீரில் போட்டு நனைத்து, சோப்பு போட்டு தோய்த்து வெயிலில் காயவைக்க வேண்டும். மற்றவர்களுடைய ஆடைகளுடன் அவைகளை கலக்காதிருப்பது நலம். நோயாளி விளையாடிய பொம்மைகள் படம் பார்த்துக் களித்த புத்தகங்கள் இவைகளை நெருப்பிலிட்டுக் கொளுத்தி விடுவது நல்லது. நோயாளி உபயோகித்த பாத்திரங்களை அப்போதைக்கப்போது பினையில் விட்ட வெந்நீரில் ஊறவைத்து, பிறகு கொதிக்கும் வெந்நீரில் கழுவிவைக்க வேண்டும். மலம் மூத்திரம் இவைகளால் நாசப் படுத்தப்பட்ட பாய், தலையணை இவைகளை முடிவில் நெருப்பில் பொசுக்கி நாசப் படுத்தி விடுவது மிகவும் நல்லது.

வீட்டில் டைபாய்டு, டிப்தீரியா போன்ற நோய்கள் ஏற்பட்டிருந்தால் மற்ற குழந்தைகளுக்கும் பணி

விடை செய்யும் தாயாருக்கும் அந்நோய் வராது இருக்க முன் கூட்டியே நோய் தடுக்கும் ஊசி போட்டுக் கொள்ள வேண்டும். அம்மை நோய் ஏற்பட்டிருந்தால் மற்றவர் களுக்கு அம்மைப் பால் வைக்க வேண்டும்.

தொத்து நோய் வந்த நோயாளி உபயோகித்த அறையை குறைந்தது மூன்று மாதங்களுக்கு யாரும் உபயோகிக்கக் கூடாது. நோய் குணமடைந்து குழந்தை ஆரோக்கியத்தை திரும்ப எய்தியதும் அறையின் தரை சுவர், கட்டில், மேஜை, ஜன்னல் முதலிய இடங்களை பினாயில் விட்டுக் கலந்த நீரால் நன்ருகத் தினசரி ஒரு வார காலம் கழுவ வேண்டும். பிறகு அறையின் சுவர்க ளுக்கு சுண்ணும்பு அடித்து விட்டு அறைக்குப் புகை போட வேண்டும். கந்தகப் புகையினுல் தொத்து நோய் கிருமிகள் எல்லாம் இறந்து விடுகின்றன. சுவற்றிலோ, வேறு எங்கேனும் கிருமிகள் அழுக்கிலோ இடுக்குகளில் ஒட்டிக் கொண்டிருந்தால் அவைகளை ஒழிக்க ஜன்னல் கதவு முதலியற்றை நன்ருக அடைத்து விட்டு, அறை யின் நடுவிலே ஒரு இரும்புச் சட்டியில் கந்தகப்பொடியை ஒரு கும்பத்தைப்போல் குவித்து வைக்க வேண்டும். உச் சியிலே கையால் ஒரு சிறு பள்ளம் செய்து, கந்தல் துணி யிலே கொஞ்சம் மண் எண்ணெயை நனைத்து அதன் மீது வைத்து நெருப்பு வைத்து விட்டு அறையின் கதவை மூடி விட வேண்டும். எரியும் துணியிலிருந்து நெருப்பு கந்தகப் பொடிமீது மெல்லப் பிடித்துக் கொண்டு புகையை அறைக்குள் எழுப்பும். அந்தப்புகை பரவுவதனுல் எல்லா விஷக் கிருமிகளும் செத்து மடிந்துவிடும். கந்தகம் முழு தும் எரிந்த பின்பு மறுநாள் அறையின் கதவுகளைத் திறந்து, விஷப்புகை வெளியேறி சுத்தமான காற்றை உட் புக ஜன்னல்களையும் திறந்து விட வேண்டும். புகை யெல் லாம் நன்ருக வெளியேறிய பின்புதான் அறைக்குள் யாரும் பிரவேசிக்கலாம். கந்தகப்புகை வாய், மூக்கு முதலிய உறுப்புகளில் பட்டால் மிகவும் கெடுதலை விளை விக்குமாகையினுல் புகை நன்ருக வெளியேறிய பின்பு தான் அறையை மீண்டும் உபயோகிக்கலாம்.

தொத்து நோய்களை நகரங்களில் அநேகமாக வீட்டில் வைத்துக் கவனிப்பதில்லை. பிரத்தியேகமாக இந் நோய்களுக்கு ஏற்பட்டுள்ள ஆஸ்பத்திரிகளில் வைத்து சிகிச்சை செய்விக்கிறார்கள். ஒரு வீட்டில் தொத்து நோய் ஏற்பட்டிருப்பதை உடனே அருகில் உள்ள சுகாதார அதிகாரிக்குத் தெரிவிக்க வேண்டியது கடமை. தெரிவிக்க வேண்டுமென்று பொதுமக்கள் நகர பரிபாலனத்தாரால் கட்டாயப்படுத்தப் படுகின்றனர். இல்லாவிடில் நோயாளியை வந்து கவனிக்கும் வைத்தியரே இதைப் பற்றி சுகாதார அதிகாரிகளுக்கு தெரிவித்து விடுவார். தொத்து நோய்களை வீட்டிலே வைத்துச் சிகிச்சை செய்வதைவிட நோய்க்காக பிரத்தியேகமாக உள்ள ஆஸ்பத்தியில் வைத்துச் சிகிச்சை செய்வதுதான் சாலச் சிறந்தது. தொத்து நோய் வந்துள்ளதை வெளியே தெரிவிக்காது மூடிவைக்க தாயார் முயற்சிப்பது மிகவும் தவறு; அபாயமும் கூட.

அம்மைகள்

குழந்தைப் பருவத்திலே வருகின்ற பல தொத்து நோய்களில், அம்மை என்பது மிகவும் முக்கியமானது. இவைகளில், பெரிய அம்மை, சின்னம்மை, தட்டம்மை, புட்டாலம்மை என சில வகைகள் இருக்கின்றன. அவைகளில் முதலில் தட்டம்மை என்பதைப்பற்றிக் கவனிப்போம்.

தட்டம்மை :—இதை ஆங்கிலத்தில் மீஸல்ஸ் என்று அழைப்பார்கள். சிலர் இதைத் தமிழில் விளையாட்டு அம்மை, மணல் வாரி என்ற வேறு பெயர்களாலும் அழைக்கிறார்கள். கண்களுக்குப் புலப்படாது மிகவும் நுண்ணியதான வைரஸ் எனப்படும் ஒருவகைக் கிருமிகளால் இந்நோய் ஏற்படுகின்றது. ஆண், பெண் இரு குழந்தைகளையும் சமமாக இந்நோய் பாதிக்கின்றது. அநேகமாக ஒரு வயதிற்கு மேலும் பத்து வயதிற்குள்ளும் உள்ள குழந்தைகளையே அதிகம் பீடிக்கின்றது. ஆறுமாதத்திற்கு உட்பட்ட குழந்தையிடம் இந்நோய் ஏற்படுவது மிகவும் அபூர்வம். அந்தச் சிறு பருவத்தில் குழந்தையின் இரத்தத்தில் இந்நோயை எதிர்த்துப்

போராட இயற்கையாக இம்யூனடி எனும் சக்தி இருப்பதால், மிகச் சிறு குழந்தைக்கு தட்டம்மை வருவதில்லை. நோய்க்கிருமிகள் நோயாளியின் மூக்கு, மூச்சுக்குழல் இவைகளில் குடி கொண்டிருப்பதால், நோயாளியின் தும்மல், எச்சில், சளி இவைகள் வழியே காற்று, உணவு பாத்திரம் முதலியவைகளில் கலந்து மற்றவர்களிடம் பரவுகின்றது. நோயுற்ற குழந்தையிடம் ஆரோக்கியமான குழந்தை தொட்டு விளையாடிய பின்பு அடுத்த நாளே அந்தக் குழந்தைக்கு இந்நோய் வந்து விடாது. சுமார் பத்து தினங்கள் சென்ற பின்புதான் இந்நோயின் அறி குறிகள் அந்தக் குழந்தையிடம் காணத்துவங்கும். நோயாளியின் அருகே சென்று தொட்டு விளையாடிய பின்பு, நோயின் சின்னம் ஏற்படும் வரை இடையே உள்ள நாட்களை ஆங்கிலத்தில் இன்குபேஷன் பீரியட் என்பார்கள். இந்த நாட்கள் ஒவ்வொரு வகை தொத்து நோய்க்கும் கூடுதலாகவோ குறைவாகவோ இருக்கும். இந்த சில தினங்களில் நோய்க்கிருமிகள் தான் புதிதாகக் குடியேறியுள்ள நோயாளியின் உடலில் நோயின் சின்னங்களை உண்டாக்க முன் கூட்டியே ஒத்திகை செய்து கொண்டிருக்குமாம்.

நோயின் அறிகுறி:—நோய் முதலில் சாதாரண சளிபோன்று ஆரம்பிக்கும். குழந்தையின் கண்கள் சிவந்து காணப்படும். மூக்கிலும், கண்களிலும் நீர் கசிந்துகொண்டிருக்கும். குழந்தை அடிக்கடி தும்முவான். சிலசமயம் காய்ந்த இருமலும்கூட காணப்படும். காலையில் லேசாக வீசத்துவங்கிய காய்ச்சல் அந்திப் பொழுதுக்குள் 103 டிகிரியை அடைந்துவிடும். மூன்று தினங்கள் சென்றும் காய்ச்சல் சிறிதும் குறையாது தொடர்ந்து வீசிக்கொண்டிருக்கும். இத்துடன் துர்நாற்றமுள்ள நீரான மலம் அடிக்கடி வெளிப்பட்ட வண்ணம் இருக்கும்.

அநேகமாக நான்காவது அல்லது ஐந்தாவது தினம் உடலின்மீது அம்மை எழுச்சிகள் தோன்ற ஆரம்பிக்கின்றன. சர்மத்தில் அம்மை எழுச்சிகள் காணத்துவங்கி பரவும் பொழுது காய்ச்சலும் அதிகரித்துக் கொண்டுபோகும். சில சமயம் காய்ச்சல் 103 லிருந்து 105 டிகிரிக்குகூட

உயர்ந்து விடுவதுண்டு. குண்டூசியின் முனை போன்ற சிவந்த சிறு எழுச்சிகள் முதலில் நெற்றி, காதுகளின் பின்புறம் முதலிய இடங்களில் மெல்லத் தோன்ற ஆரம்பிக்கின்றன. உடனே வேகமாக முகம், கழுத்து, வயிறு, கைகள், கால்கள் முதலிய இடங்களில் கூட்டமாகத் தோன்றிவிடுகின்றன. உடல் முழுவதும் மணலை வாரி இறைத்ததுபோல் இந்த எழுச்சிகள் சிறு சிவந்த புள்ளிகளாகக் காணப்படுவதினால் இதை மணல் வாரி என்று அழைக்கின்றனர். ஏறக்குறைய பார்வைக்கு வேர்க்குருவைப் போல் இவைகள் காணப்படுகின்றன. சுமார் 24 அல்லது 48 மணி நேரம் அம்மை எழுச்சிகள், காய்ச்சலுடன் உடல் முழுவதும் தோன்றிவிட்டு மெல்ல வந்த வழியே குறைய ஆரம்பிக்கும். நெற்றி, காதுகளின் பின்புறம் என்று ஆரம்பித்த முறைப்படியே எழுச்சிகள் சிறிது சிறிதாக மறையத்துவங்கும். அம்மை எழுச்சி இறங்கத் துவங்கியவுடன் காய்ச்சல் 104 டிகிரியிலிருந்து திடீரென சாதாரண உஷ்ண நிலைக்குச் சிலமணி நேரத்தில் வந்து விடலாம். இவ்வாறு உடல் உஷ்ணம் திடீரென கீழே இறங்கிவிட்டதால் அதைத்தாளாது குழந்தையின் நாடி பலஹீனமாகிவிடும். இருதயமும் பலஹீனமாகி விடுவது உண்டு. அம்மை எழுச்சிகள் எரிச்சலையும், தாங்கமுடியாத அரிப்பையும் உண்டாக்குவதால் குழந்தை தூங்காது சதா அழுதுகொண்டே யிருப்பான்.

தட்டம்மை சாதாரணமாக ஒரு தொத்து நோய் என்றாலும், ஜாக்கிரதையாக சிகிச்சை செய்தால் குழந்தைக்கு அதிகம் அபாயம் விளைவிப்பதில்லை. ஆனால் தட்டம்மை மிகவும் மும்முரமாக ஏற்பட்டிருந்தால், அதன் தொடர்பாக நிமோனியா, அழுகும் கிரந்தி, காதில் சீழ், வலிப்பு, பாரிசவாதம் முதலியன ஏற்படக்கூடும். சுவாசப் பைகள் இந்நோயால் பலஹீனமடைந்து விடுவதால் தட்டம்மை வந்த குழந்தைக்கு க்ஷயம் கக்குவான் போன்ற நோய்கள் எளிதில் பீடித்துக் கொண்டு விடலாம்.

சிகிச்சை :— இந்நோய் வந்துள்ள வீட்டிற்குக் குழந்தையை எடுத்துக்கொண்டு தாயார் போகக்கூடாது.

தட்டம்மை வந்து எழுச்சிகள் மறைந்து ஒருவாரமான தும் குணமடைந்துவிடும். குழந்தையின் இரத்தத்தை ஊசி மூலம் இழுத்து, அதனின்று ஸீரம் (**Serum**) எனப் படும் திரவத்தைப் பிரித்து, அதை நோயாளியுடன் விளையா டிய குழந்தைக்கு ஊசி மூலம் குத்தினுல் இந்நோய் ஏற் படாது ஒருவாறு தடுத்து விடலாம். ஆனுல் நோய் வராது என்று நிச்சயமாகச் சொல்வதற்கில்லை. இக் குழந்தைக்கு நோய் ஏற்பட்டால் மிகவும் கடுமையாக இல்லாது லேசாக இருக்கும். நோயின் கடுமையை இந்தச் சிகிச்சை ஓரளவு தடுக்க முடியும்; அவ்வளவுதான்.

நோயுற்ற குழந்தையைப் படுக்கையில் இருத்தி வைக்க வேண்டும். கண்களில் அதிகம் வெளிச்சம் படாது ஜன்னல்களை பகல் வேளையில் சிறிது சாத்திவைப்பது நலம். கனமான ஆடைகளை உடுத்தாது லேசான மிகவும் மெல்லிய நூலால் ஆன ஆடைகளையே அணிவிப்பது நல்லது. வாய், பற்கள் இவைகளைத் தினசரி இருமுறை பொட்டாசியம் பர்மாங்கனேட், அல்லது டெட்டால் கலந்த வெந்நீரில் கழுவிப் பரிசுத்தமாக வைத்திருக்க வேண்டும். பொதுவாக பால், பழரசம், குளுகோஸ் சர்க் கரை கலந்த வெந்நீர் இவைகளையே தான் ஆகாரமாக அளிக்கவேண்டும். இருமலுக்குச் சிறிதளவு இருமல் மருந்து கொடுக்கலாம். காய்ச்சல் அதிகமாக இருந்தால் வயதிற்கு தக்க அளவு ஆஸ்பரின் மாத்திரையை பொடி யாக்கி தேனில் குழைத்துக் கொடுக்கலாம். தலைக்கு ஐஸ்பை வைக்கலாம். கண்கள் சிவந்து நோவு உண்டா ஞல், கொதித்த வெந்நீரில் சிறிதளவு போரிக் பவுடரைப் போட்டு சூடு பொறுக்குமளவு தண்ணீரில் சுத்தமான பஞ் சினுல் நனைத்து கண்களுக்கு ஒத்தடம் போடலாம். உட லில் ஏற்பட்ட எழுச்சிகள் இறங்காவிடில், நோய் வேறு பல தொந்தரவுகளை ஆரம்பிக்க அஸ்திவாரம் போட்டு விட்டதாகக் கொள்ள வேண்டும். காய்ச்சல் நீடித்துக் கொண்டு போனுல் தாமதம் செய்யாது வைத்தியரை வர வழைத்துக் காட்டி சிகிச்சை செய்வது நலம்.

தற்காலத்தில் புதிதாக கண்டுபிடித்துள்ள ஆரோ மைசின் போன்ற மருந்துகளை வைத்தியர்கள் இந்

நோய்க்கு உபயோகித்து வருகின்றனர். ஆனால் பழங்காலத்து வைத்திய முறைகளில் பற்றுக் கொண்டுள்ள சில வைத்தியர்கள் இவைகளை உபயோகிப்பதில்லை. சில சமயம் தட்டம்மை நோயை வீட்டிலுள்ள பாட்டி போன்ற வயதானவர்கள் மாரியம்மனின் விளையாட்டு என்று தெய்வத் தன்மையை உண்டாக்கி, எந்தவிதமான சிகிச்சையும் குழந்தைக்குச் செய்ய அனுமதிப்பதில்லை. ஆனால் அவ்வாறு இருப்பது தவறு. ஏன் எனில் தட்டம்மை கடுமையாகி அதனால் நிமோனியா, காதில் சீழ் முதலிய தொந்தரவுகள் தொடர்ந்து ஏற்பட்டால் தக்க சிகிச்சை செய்விக்காவிடில் குழந்தையின் ஆரோக்கியம் மிகவும் கெட்டுவிடும்.

நோய் குணமானதும் குழந்தையின் ஆகாரத்தை அதிகரிக்க வேண்டும். பால், பழரசம், மீன் எண்ணெய், இரும்பு சத்துள்ள டானிக் முதலியவை கொடுத்து தேக ஆரோக்கியத்தைப் புதுப்பிக்க வேண்டும். சுவாசப் பைகள் தமது பலத்தை மீண்டும் பெற குழந்தை நன்றாக ஓடியாடி விளையாடத் தாயார் அனுமதிக்க வேண்டும். ஒரு முறை இந்நோய் வந்தால் மீண்டும் அதே குழந்தைக்கு அநேகமாக இதே நோய் வருவதில்லை.

பெரிய அம்மை

ஆங்கிலத்தில் சிறு அம்மை (**Small Pox**) என அழைக்கப்படும் பெரிய அம்மை மிகவும் கொடியதொரு தொத்து நோய். இதைத் தடுக்கவே 'குழந்தைக்கு பிறந்த ஆறுவது மாதத்திற்குள் அம்மைப் பால் வைக்க வேண்டும்; பிறகு மூன்று வருஷத்திற்கு ஒரு முறை மீண்டும் அம்மைப்பால் வைப்பது இந்நோயை எப்பொழுதுமே வராது தடுப்பதற்கான சிறந்த வழியாகும்' என வைத்தியர்கள் கருதுகின்றனர்.

தட்டம்மையைப் போன்று இதுவும் ஒருவகை வைரஸ் கிருமியால்தான் ஏற்படுகின்றது. இந்நோய் கொண்டவரை நாம் தொட்டால்தான் நோய் ஏற்படும் என்ற கணக்கு இல்லை. நோயாளியின் அறையில் காற்றிலே பரவிக்கிடக்கும் நோய்க்கிருமிகள் காற்று சுவாசத்

தின் வழியே நமது உடலில் புகுந்து நோயை உண்டாக்கி விட முடியும். நோயாளியின் படுக்கை, ஆடை அவர் தொட்ட புத்தகம் ,காகிதம் இவை மூலம்கூட நோய் பிறருக்குப் பரவலாம். நோயாளி இருக்கும் இடத்தி லிருந்து சுமார் ஒரு மைல் தூரம் நோய்க் கிருமிகள் காற்றில் பறந்துசென்று பிறருக்கு நோயைப் பரப்பக் கூடும் என்ருல், நோயின் கொடுந்தன்மையை அதிகம் விவரிக்கவே வேண்டாம்.

நோயின் அறிகுறி:—நோய் கண்டுள்ள இடத்திற் குச் சென்று திரும்பிய 10 அல்லது 14 தினங்கள் சென்ற தும் நோயின் அறிகுறிகள் வெளியே தோன்ற ஆரம்பிக் கின்றன. பொறுக்கமுடியாத தலைவலி, முதுகு வலி, இடுப்புவலி இத்துடன் 104 டிகிரி உக்கிரமான காய்ச் சலுடன் நோய் ஆரம்பமாகின்றது. சிலசமயம் வாந்தி யும்கூட காணப்படும். குழந்தைக்கு காய்ச்சல் தாளாது வலிப்பும் கண்டுவிடலாம். பேசும் பருவத்து குழந்தை ஜுர வேகத்தில் பிதற்றவும் செய்வான். காய்ச்சலுடன் உடல்மீது சிவந்த தடிப்புகள் பல இடங்களில் காணப் படும். அம்மைநோய் வரப்போவதற்கு இது முன் னெச்சரிக்கை.

காய்ச்சல் ஏற்பட்ட மூன்ருவது தினம், நெற்றிமீது மயிர்க்கால்களுக்கு அருகில் சிறு எழுச்சிகள் தோன்ற ஆரம்பிக்கின்றன. அம்மை எழுச்சிகளை முத்துக்கள் என்று அழைப்பார்கள். நெற்றியிலிருந்து ஆரம்பித்த எழுச்சிகள் முகம், நெஞ்சு, கை, வயிறு, தொண்டை, கால் என தலையிலிருந்து உடல் முழுதும் பரவத்தொடங் கும். வயிறு, தொடை இடுக்கு முதலிய இடங்களில் குறைவாகவும், மற்றபாகங்களில் அதிகமாகவும் எழுச்சி கள் பரவத் துவங்குகின்றன. சுமார் 24 மணி நேரத்தில் அம்மை எழுச்சி தலையிலிருந்து உடல் முழுவதும் பரவி விடுகின்றன.

அம்மை எழுச்சிகள் தோன்றிய முதல்நாள் பார் வைக்கு சிவந்த தட்டையான சிறு எழுச்சிகளாகக் காணப்படும். மூன்ருவது நாள், உடலில் உள்ள எல்லா எழுச்சிகளும் சேர்ந்தாற்போல உப்பிக் கொண்டு,

தெளிந்த நீரை தம்முள் அடங்கிக்கொண்டுள்ள முத்துக்களைப்போல் ஒளிவீசிக்கொண்டு சிறு கொப்புளங்களாகக் காணப்படும். இதனைத்தான் இவைகளை முத்துக்கள் எனஅழைக்கிறார்கள். இம்முத்துக்களின் மேலே ஒரு சிறுபள்ளம் காணப்படும். நான்காவது நாள் இந்த முத்துக்கள் நன்றாக உப்பி பெரியதாக வளர்ந்துகொண்டதும் காய்ச்சல் இறங்கி நோயாளி மிகவும் தெளிவாகக் காணப்படுவான். ஆனால் இந்த தெளிவு ஒரு நாளைக்கு மேல் நீடித்து இருப்பதில்லை. முத்துக்களில் நன்றாக நீர் சுரந்தவுடன், தெளிந்திருந்த நீர் சீழ் பிடித்துக் கொண்டு மஞ்சள் நிறமாக மாறிவிடும். இவ்வாறு முத்துக்களில் சீழ்தோன்ற ஆரம்பித்தவுடன் இறங்கியிருந்த காய்ச்சல் உடனே மறுபடியும் திரும்ப உக்கிரமாக வீசத் துவங்கிவிடும். சீழ்பிடித்த கொப்புளங்கள் பிறகு உடைந்து கொள்கின்றன. கொப்புளங்கள் கண்டு சுமார் 14 அல்லது 17 நாட்கள் சென்ற பின்புதான் முத்துக்கள் உடைந்து காயத் துவங்கி மெல்ல உதிர ஆரம்பிக்கின்றன. உள்ளங்கை, பாதங்கள் போன்ற மிகவும் கனமான சர்மத்தில் தோன்றியுள்ள முத்துக்கள் உதிரப் பல தினங்கள் செல்லுகின்றன. பொதுவாக நோயின் பல நிலைகளையும் கீழ்க்கண்டவாறு பார்க்கலாம்.

காய்ச்சல் வந்த மூன்றாவது நாள் :— சிவந்த எழுச்சிகள்.

மூன்றிலிருந்து ஐந்தாவது நாள்:—சிறு கொப்புளங்கள்.

ஐந்தாவது நாளிலிருந்து ஒன்பதாவது நாள்:— கொப்புளங்களில் சீழ்கண்டு மறுபடி காய்ச்சல்.

ஒன்பதாவது நாளிலிருந்து 17வது நாள்:— பொருக்கு உதிர ஆரம்பிக்கின்றன.

இந்நோய் சர்மத்தின் அடிப்பாகத்தை தீவிரமாக தாக்கிவிடுவதினால் கொப்புளங்கள் உதிர்ந்ததும் ஏற்படும் தழும்பு மிகவும் ஆழமாகவும், காலமுழுவதும் மறையாத வகைகளாகவும் அழகைக் கெடுக்கும் விகாரச் சின்னங்களாகவும் ஏற்பட்டுவிடுகின்றன.

நோயினுல் ஏற்படும் தீமைகள்:—இந் நோயினுல் குழந்தை மரணமடையக்கூடும். முத்துக்களால் ஏற்படும் தழும்பு, முக அழகை விகாரப் படுத்திவிடுகின்றது. சில சமயம் கண்ணில் பூ விழுந்து அம்மை நோயால் பார்வை கெட்டு விடுவதுமுண்டு. இத்துடன் நிமோனியாவும் சேர்ந்து கொண்டு உயிருக்கு ஆபத்தை உண்டாக்கலாம்.

சிகிச்சை:—அம்மை வராது தடுக்க குழந்தைக்கு அம்மைப்பால் வைக்க வேண்டும். அம்மை கண்டவுடன் சுகாதார அதிகாரிகளுக்குத் தெரிவித்து தொத்து நோய் ஆஸ்பத்திரியில் குழந்தையை அனுமதித்து சிகிச்சை செய்வதுதான் தகுந்த முறையாகும்.

கிராமத்தில் உள்ளவர்கள் ஒரு குழந்தைக்கு அம்மை கண்டவுடன், மற்ற குழந்தைகள் அவனை நெருங்காது தனியே ஒரு அறையில் வைத்துச் சிகிச்சை செய் விக்க வேண்டும். வீட்டிலுள்ள அனைவருக்கும் உடனே அம்மைப் பால் வைத்து, மற்றவர்களிடம் நோய் பரவாது தடுக்க வேண்டும். வீட்டில் அம்மை வந்து இருப்பதை வீட்டின் முகப்பிலே வேப்பிலையைச் சொருகிவைத்து மற்றவர்களுக்கு எச்சரிக்கை செய்வது நலமாகும். விருந் தாளிகளை வரவேற்காதிருப்பதுடன், அம்மை வந்துள்ள வீட்டவர்கள் மற்றவர்கள் வீட்டிற்குப் போகாது—நோயைப் பரப்பாது இருக்க முயற்சிக்க வேண்டும். உற வினர்களுடன் கடிதப் போக்குவரத்து வைத்துக் கொள் ளாதிருந்தால் நோய் மற்றவர்களுக்கு கடிதமூலம் பர வாது தடுக்கலாம். நோயாளிக்கு உபயோகித்த பாத்திரங் கள், படுக்கை, உடை இவைகளை பினையில்விட்டு ஊற வைத்து, பிறகு கழுவி வெயிலில் உலர்த்த வேண்டும். நோயாளியின் மலம், மூத்திரம், எச்சில் இவைகளை பினை யில்விட்டு நன்ருக மூடி, தோட்டத்தின் கோடியில் ஒரு சிறு குழி தோண்டி, அதில்போட்டு பஞ்சு, காகிதங்கள் இவைகளை சேர்த்து நெருப்பு வைத்து நாசப்படுத்திவிட வேண்டும். நோயாளி இருந்த அறையைப் பினையில்விட்டு கழுவி, கந்தகப் புகைகாட்டி, வெள்ளை யடித்துச் சுத்தப் படுத்திய பின்பு, சுமார் மூன்று மாதகாலம் அதை உப யோகிக்காது காலியாக விட்டிருப்பது நலம்.

நோயாளிக்கு மலச்சிக்கல் ஏற்படாது பாதுகாக்க வேண்டும். தேவையானல் எனிமா கொடுத்து குடலைச் சுத்தம் செய்வது நலம். காய்ச்சல் 103 டிகிரிக்கு மேலே சென்ருல் தலைக்கு ஐஸ்பையை வைத்துக் காய்ச்சலை குறைத்துவிட வேண்டும். இல்லாவிடில் ஆஸ்பரின் மாத்திரையை உள்ளுக்கு அளவோடு கொடுத்துக் காய்ச்சலைக் குறைக்க வேண்டும். அதிக காய்ச்சல் குழந்தைக்கு வலிப்பை உண்டாக்கிவிடலாம். ஆகவே காய்ச்சலை எப்படியாவது மீதப்படுத்திவிடுவது நல்லது.

பால், பழரசம், கஞ்சி, குளுகோஸ் கலந்தநீர் இவைகளையேதான் ஆகாரமாக அளிக்க வேண்டும். கிராமங்களில் அம்மை நோய்க்குச் சிலர் இளநீர் குடிக்கக் கொடுப்பது உண்டு. அதனல் தவறு ஒன்றுமில்லை; தாராளமாகக் கொடுக்கலாம். நோயாளிக்குத் தாகம் அதிகமாக இருக்குமாகையினல் அவனுக்கு வேண்டிய அளவு குடிக்க ஆறின வெந்நீர் அப்போதைக்கப்போது சாப்பிடக் கொடுக்க வேண்டியது அவசியம். அரிப்பும் எரிச்சலும் தாளாது குழந்தை கொப்புளங்களை சொரிந்து காயப்படுத்தி விடாது பாதுகாக்க வேண்டும். எரிச்சலும் அரிப்பும் குறைய போரிக் பவுடர் கரைத்த வெந்நீரில் பஞ்சைப் போட்டு உடல் முழுவதும் ஒத்தடம் போடலாம். கொப்புளங்கள் உடைந்து கொண்டதும் ரணம் சீக்கிரம் ஆற சிபோசால் களிம்பை கொப்புளங்கள் மீது தடவலாம்.

அம்மைக் கொப்புளங்கள் சீழ் கட்டிக்கொண்டு ஜுரம் வந்து பலவித தொந்தரவுகளை தொடர்ந்தாற்போல் கொடுக்காது முன் கூட்டியே தடுக்க ஸல்பானிலமைட், பெனிஸிலின், ஆரோமைசின் போன்ற பல மருந்துகளையும் வைத்தியர்கள் உபயோகிக்கின்றனர். அவைகளில் குணமும் ஓரளவு காண்கின்றனர். ஒருமுறை பெரிய அம்மை வந்தால் பிறகு மறுபடி அந்நோய் அனேகமாக ஏற்படுவதில்லை.

சின்ன அம்மை

இதுவும் குழந்தைக்கு வரக்கூடிய தொத்து நோய்களில் ஒன்ருகும். சின்ன அம்மையை அனுபவியில்லாத

தாயார் பெரிய அம்மை என்று தவருக எண்ணி பீதி யடைவதுமுண்டு. சின்ன அம்மையை கொத்துமல்லி அம்மை, சிச்சிலுப்பை என்ற மற்ற பெயர்களாலும் அழைப்பார்கள். இந்நோயும் வைரஸ் என்னும் கிருமியால்தான் உண்டாகின்றது. வைரஸ் என்பதில் பலவகைகள் இருக்கின்றன. அவைகள் ஒவ்வொரு வகை யும் ஒவ்வொரு வித நோயை உண்டுபண்ணுகின்றன. சின்ன அம்மை நோயும், தட்டம்மையும் வைரஸ் எனும் கிருமிகளால்தான் ஏற்படுகின்றன என்ருலும், அவைகள் வெவ்வேறு வகைகளாகும். சின்ன அம்மை குழந்தைப் பருவத்தில்தான் அதிகமாக ஏற்படுகின்றது.

நோயின் அறிகுறி:— நோயுள்ளவர்களுடன் சேர்ந்து படுத்த குழந்தைக்கு, சுமார் பதினைந்து அல்லது இருபது தினங்கள் பொறுத்து நோயின் அறிகுறிகள் ஆரம்பிக்கின்றன

வாந்தி, தலைவலியுடன் முதலில் காய்ச்சல் சாதாரண மாக வீசும். பெரிய அம்மைபோல் மிகவும் கடுமையாக இருக்காது. காய்ச்சல் அடிக்க ஆரம்பித்த இரண்டாவது தினம் அம்மை முத்துக்கள் உடலில் தோன்ற ஆரம்பிக் கின்றன. முத்துக்கள் தோன்று முன், வேர்க்குருபோன்ற சிவந்த எழுச்சிகள் உடலில் காணப்படலாம். சின்ன அம்மை முத்துக்கள் உடலில் வயிறு, இடுப்பு முதலிய இடங்களில் முதலில் தோன்றும். பிறகுதான் கால்களுக் கும், மேலே நெற்றி, முகம் முதலிய இடங்களுக்கும் பரவுகின்றன. ஆரம்பத்திலே சிவந்து சிறு தட்டைகளைப் போல் காணப்படும் எழுச்சி சில மணி நேரத்தில் பெரிய தாகி சிவந்து சிறு பருக்களைப்போல் மாறிவிடும். எழுச் சிகள் தோன்றத் துவங்கிய 24 மணி நேரத்தில் உள்ளே நீர் தேங்கிக்கொண்டு சிறு கொப்புளங்களாக மாறிவிடும். முதலில் மிகவும் சுத்தமாகத் தெளிந்து காணப்பட்ட நீர் விரைவில் சீழ் கோர்த்துக் கொண்டு மஞ்சள் நிறமாகி விடும். ஒவ்வொரு கொப்புளத்தைச் சுற்றிலுமுள்ள சர்மம் லேசாக சிவந்திருக்கும். பெரிய அம்மையைப் போன்று சின்ன அம்மை கொப்புளங்களின் நடுவே ஒரு சிறு பள்ளம் காணப்படாது. சின்ன அம்மை கொப்பு

ளங்கள் கும்பல் கும்பலாகத்தான் தோன்றுகின்றன. உடல் முழுவதும் பரவ இரண்டு தினங்களாவது ஆகின்றன. நாலைந்து முத்துக்களிலிருந்து சுமார் ஐநூறு முத்துக்கள் வரை நோயின் தீவிரத்தைப் பொறுத்து இவைகளின் எண்ணிக்கை வேறுபடும். புதிதாக முத்துக்கள் தோன்றிப் பரவிக்கொண்டு வருகையில், முன்னமேயே பரவியுள்ள முத்துக்கள் காய்ந்து உதிர்ந்துவிடும். ஆகவே சின்னம்மை ஏற்பட்டுள்ள குழந்தையின் உடலில் ஒரே சமயம் சிவந்த சிறு எழுச்சிகள், நீர் கட்டியுள்ள முத்துக்கள், காய்ந்து உதிரும் நிலையிலுள்ள முத்துக்கள் எனப்பல நிலையில் நோய் காணப்படுவதைக் கவனிக்கலாம். இந் நோயினால் தாங்க முடியாத அரிப்பும் எரிச்சலும் ஏற்படும்.

சின்ன அம்மை முத்துக்கள் காய்ந்து உலர சுமார் மூன்று வார காலம் ஆகின்றது. தலை மீதுள்ள கொப்புளங்கள் உதிர சுமார் நான்கு வாரம்கூட சில சமயம் செல்லலாம். முத்துக்கள் காய்ந்து உலரத்துவங்கியதும் ஜுரமும் சில தினங்களில் நன்ருக இறங்கிவிடும்.

சிகிச்சை:—இந்நோயும் தொத்து நோய் ஆதலால் இதைப்பற்றி சுகாதார அதிகாரிகளுக்குத் தெரிவிக்க வேண்டும். நோயாளியை தொத்துநோய் ஆஸ்பத்திரியில் வைத்து சிகிச்சை செய்வது நலம். கிராமத்தில் உள்ளவர்கள் வாயிலில் வேப்பிலை சொருகி நோய் வந்துள்ளதை மற்றவர்களுக்கு அறிவிக்க வேண்டும். வீட்டில் விருந்தாளிகளை இதுசமயம் வரவேற்பது நல்லதல்ல. இவ் வீட்டிலிருந்து குழந்தைகளும் மற்றவர்களும் அக்கம் பக்கத்தவர்கள் வீட்டிற்கு சென்று உறவாடுவதைத் தவிர்க்க வேண்டும். குழந்தையைப் படுக்கையில் ஓய்வாக இருக்க தனியே ஒரு அறையில் விட்டு தாயார் அல்லது வீட்டிலுள்ள பாட்டி போன்ற யாரேனும் பொறுப்பாக பணிவிடைகள் செய்து கவனித்துக்கொள்ள வேண்டும். போரிக் பவுடர் கலந்த வெந்நீரில் பஞ்சை நனைத்து சிவந்துகாணப் படும் கொப்புளங்களுக்கு ஒற்றடம் போடலாம். அரிப்பைக் குறைக்க, உடலின்மீது முகப்பவுடரையோ அல்லது

ஜிங்ஆக்ஸைட், போரிக்பவுடர், மாவு மூன்றும் சமஅளவில் கலந்த வேர்க்குருவிற்குப் பூசும் பொடியையாவது தடவலாம்.

முத்துக்கள் காயும் தருணத்தில் ஆலிவ் எண்ணெய் அல்லது தேங்காய் எண்ணெயைப் பஞ்சினால் எடுத்து அவைகள் மீது லேசாகப் பூசினால் முத்துக்கள் சுலபமாக உதிர்வதற்கு உதவியாக இருக்கும். அநேகமாக இந் நோயினால் உயிருக்கு ஆபத்து ஏதும் ஏற்படுவதில்லை. உதிர்ந்த முத்துக்களினால் ஏற்படும் தழும்புகள் தேகத்தின் சர்மத்தை விகாரப்படுத்துவதில்லை. சில மாதங்களில் தானே தழும்புகள் மறைந்து விடுகின்றன. ஒரு முறை இந்நோய் வந்தால் பிறகு திரும்பவும் அந்தக் குழந்தைக்கு இது அனேமாக வருவதில்லை.

தற்காலத்தில் இந்த நோய்க்கு ஆரோமைசின் என்ற மருந்தையும், ஸல்பானிலமைட், பெனிஸிலின் ஆகியவைகளையும் சில வைத்தியர்கள் உபயோகிக்கின்றனர். இம் மருந்துகளின் உபயோகம் நோயின் தீவிரத்தையும் வைத்தியரின் அபிப்பிராயத்தையும் பொறுத்துள்ளதினால் அதைப்பற்றி இங்கு விவரிக்க வில்லை. நோயைப்பற்றி சந்தேகம் ஏற்படுகையில் வைத்தியரைக் கலந்து ஆலோசிப்பது நலம்.

பெரிய அம்மைக்கும் சின்ன அம்மைக்கும் உள்ள சில வித்தியாசங்கள்.

பெரியம்மை	சின்னம்மை
முத்துக்கள் உடலில் தோன்ற ஆரம்பிக்கும் நான்கு தினங்களுக்கு முன்பு தலைவலி, காய்ச்சல், இடுப்புவலியுடன் நோய் ஆரம்பிக்கின்றது.	காய்ச்சல் அவ்வளவு அதிகம் இருக்காது. சில சமயம் காய்ச்சலே இன்றி முத்துக்கள் தோன்ற ஆரம்பிக்கின்றன.
முத்துக்கள் ஒரே சீரான நிலையில் காணப்படும்.	முத்துக்கள் கும்பல் கும்பலாக உடலில் பல நிலையில் காணப்படும்.

பெரியம்மை	சின்னம்மை
முத்துக்கள் நடுவில் பள்ளம் காணப்படும்.	முத்துக்கள் நடுவே பள்ளம் காணப்படாது.
அநேகமாக முத்துக்கள் முகம், கை, கால் முதலிய உறுப்புக்களில் அதிகமாக காணப்படும்.	முத்துக்கள் வயிறு, நெஞ்சு முதலிய இடங்களில்தான் அதிகம் காணப்படும்.
பெரிய அம்மை நோய் உற்ற குழந்தையின் உடல் நிலை மிகவும் நலிந்துவிடும். குழந்தையினல் படுக்கையினின்று எழக்கூட முடியாது.	முத்துக்கள் நூற்றுக் கணக்கிலே உடல் முழுவதும் பரவி இருந்தாலும் தேக ஆரோக்கியம் பெரியம்மையைப் போன்று மிக்வும் சீர்குலைந்து போவதில்லை. நோய் தீவிரமாக இருந்தாலும் குழந்தை ஓடியாடிக் கொண்டிருப்பான்.

புட்டாலம்மை

இதை ஆங்கிலத்தில் 'மம்ஸ்' என்று அழைப்பார்கள். தமிழில் இதைப் பொன்னுக்கு வீங்கி என்றும் அழைப்பதுண்டு. உமிழ் நீர் கோளங்களில் காதின் பின்புறமாக அமைந்துள்ள பரோடிட் எனப்படும் கோளங்களை ஒரு வகை வைரஸ் கிருமிகள் பாதிப்பதால் இந்நோய் ஏற்படுகின்றது. இதுவும் மற்றவர்களைப் பீடித்துக் கொள்ளும் தொத்து நோய்தான்.

நோயின் அறிகுறி:—புட்டாலம்மை ஏற்பட்ட குழந்தையுடன் ஆரோக்கியமான குழந்தை சேர்ந்து விளையாடிய பின்பு சுமார் ஏழு முதல் இருபது நாட்களுக்குள் இந்நோயின் அறிகுறி மற்ற குழந்தையிடம் தோன்ற ஆரம்பிக்கின்றது. ஒரு வயதிற்குட்பட்ட சிறு குழந்தையாக இருந்தால் முதலில் காணப்படும் அறிகுறி காதுக்கு பின்புறம் தோன்றும் சிறியதொரு வீக்கந்தான். இத்துடன் லேசாகக் காய்ச்சலும் வீசும். வலியினல்

குழந்தை அழுவான். பேசும் பருவத்துக் குழந்தையாக இருந்தால், காதின்பின்புறத்தில் நோவு ஏற்பட்டுள்ளது என்பதைத் தானே தெரிவிப்பான். வீக்கம் அதிகரிக்கத் துவங்கியதும் அத்துடன் குளிரும், காய்ச்சலும் சேர்ந்து கொண்டு விடுகின்றன. அநேகமாக இந்நோய் முதலில் இடது பக்கத்திலுள்ள உமிழ்நீர் கோளத்தைத்தான் முதலில் பாதிக்கின்றது. நன்ருக வீங்கியதும் காதின் பின்புறமுள்ள பள்ளம், வீக்கத்திஞல் மறைந்து விடுகின்றது. வீக்கம் இரண்டு தினங்கள் நீடித்துவிட்டுத் தானே குறைந்து மறைய ஆரம்பிக்கும். மறுபடி உடனே காய்ச்சலும் குளிரும் ஏற்பட்டு வலது பக்கத்தில் உள்ள கோளம் வீங்கத்துவங்கலாம். சில சமயம் காதுகளின் இரண்டு பக்கங்களிலும் ஒரே சமயத்தில் வீக்கம் ஏற்படுவதும் உண்டு. உமிழ் நீர் கோளத்தை நோய் பாதித்திருப்பதிஞல் வாயில் உமிழ்நீர் சுரப்பது குறைந்து நாக்குக் காய்ந்து காணப்படும். வீக்கத்திஞல் ஏற்படும் நோயிஞல் வாயை அதிகம் திறக்க• முடியாது; ஆகாரத்தை விழுங்கவும் முடியாது குழந்தை கஷ்டப் படுவான். அநேகமாக இந்த வீக்கம் ஒரு வார காலத்திற்குள் வடிந்து பூரண குணமாகி விடுகின்றது. சில சமயம் அபூர்வமாக ஒருமாத காலம் வரை கூட வீக்கம் வடியாது நீடித்து இருப்பதும் உண்டு. இந்நோய்க் கிருமிகள் சில சமயம், உமிழ்நீர் கோளங்களைப் பாதிப்பதுபோல் பெண் குழந்தைகளின் ஸ்தனங்களைப் பாதித்து நோவையும் வீக்கத்தையும் உண்டாக்குவதுண்டு. அத்துடன் பெண் குழந்தையின் வயிற்றில் உள்ள பிறப்பு உறுப்புக்களான ஓவரி எனப்படும் சூல் பையையும் தாக்கி, வயிற்று நோவை உண்டாக்குவது உண்டு. ஆண் குழந்தைகளுக்கு ஆண் உறுப்பில் உள்ள பீஜங்களில் வீக்கம் ஏற்படுவதும் உண்டு. நோய் ஆரம்பித்த சுமார் பத்தாவது தினம், ஆண் உறுப்பில் உள்ள ஒரு பக்கத்து பீஜம், (விதை) வீங்கத் துவங்குகிறது. சில சமயம் இரு விதைகளும் வீங்கி பருத்து நோயை உண்டாக்குவதும் உண்டு. இவ்வாறு பிறப்பு உறுப்புக்கள் குழந்தைப் பருவத்தில் இந்நோயால் பாதிக்கப் பட்டால் அவர்கள் பிற்காலத்தில் மலடாகி விடலாம் என சில வைத்தியர்கள் கருதுகின்றனர்.

சிகிச்சை:—ஓய்வாகக் குழந்தையைப் படுக்கையில் விட்டுவைக்க வேண்டும். காய்ச்சலையும், நோயையும் குறைக்க ஆஸ்பரின் மாத்திரை உள்ளுக்குச் சாப்பிட வயதிற்குத் தக்க அளவு தேனில் குழைத்துக் கொடுக்கலாம். இந்நோய் பொன் ஆபரணங்கள் மீது ஆசைப்பட்டு ஏற்படுவதாகக் கருதி, இந்நோய் உள்ள குழந்தைகளின் கழுத்தில் பொன் சங்கிலிகளை சிலர் பூட்டி வைப்பார்கள். இந்த ஒரு நம்பிக்கைக்கு சாஸ்த்ரீகமான ஆதாரம் ஏதும் கிடையாதாகையால் வழக்கிலிருக்கும் பல தவருன நம்பிக்கைகளில் இதுவும் ஒன்று எனக்கொள்ளலாம். வீக்கத்தின் மீது எந்தவிதமான மருந்துப் பூச்சும் தேவையில்லை. ஆகாரம் சுலபமாக விழுங்கக் கூடிய நீர் கலந்த பால், குளுகோஸ் தண்ணீர், பார்லி தண்ணீர் இவ்வாறு இருக்கலாம். நோயாளியின் வாயை டெட்டால் நீரில் தினசரி இருமுறை கழுவிச் சுத்தப்படுத்த வேண்டும். இல்லாவிடில் வாயில் புண் முதலிய தொந்தரவுகள் தொடர்ந்தாற் போல் ஏற்படலாம். விதையில் வீக்கம் கண்டால், அவை மீது பஞ்சைச் சுற்றி நோயைக் குறைக்க மெல்லியதான துணியினுல் சிறு கோவணம் ஒன்று கட்டி வைக்க வேண்டும். சில வைத்தியர்கள் இந்நோய் உள்ள குழந்தைகளுக்கு விதை வீக்கமோ, பிறப்பு உறுப்புகளில் வீக்கமோ ஏற்படாது தடுக்க முன் கூட்டியே "டை ஈதைல் ஸ்டில்போ ஸ்டிரால்" எனும் ஹார்மோன் சத்துப்பொருளை உள்ளுக்கு சாப்பிடக் கொடுக்கிருர்கள். இதனுல் விதை வீக்கமோ, மலடோ ஏற்படாது தடுத்து விடலாம் என அபிப்பிராயப்படுகின்றனர். சில வைத்தியர்கள் இந்நோய்க்கு ஆரோமைசின் எனும் மருந்தையும் உபயோகிக்கின்றனர். பொதுவாக இந்நோய் குழந்தைக்கு அபாயம் ஏதும் ஏற்படுத்துவதில்லை. ஆதலால் மருந்து என இதற்குப் பிரத்யேகமாக ஏதும் தேவையில்லை. ஒரு முறை இந்நோய் வந்தால் பிறகு மறுபடி வருவதில்லை.

கக்குவான் இருமல்

இதுவும் குழந்தைப் பருவத்தில் வரும் தொத்து நோய்களில் ஒன்று. இந்நோய் 'ஹெமேபிலிஸ் பர்ட்டூஸிஸ்' எனப்படும் ஒருவகை கிருமிகளால் ஏற்படுகின்றது.

அத்துடன் ஒருவகை வைரஸ் கிருமியும் சேர்ந்து நோயை உண்டாக்குகிறது என வைத்தியர்கள் கருதுகின்றனர். இந்நோய் அநேகமாக ஏழு வயதிற்கு மேற்பட்ட குழந்தைகளிடம் வருவதில்லை. சுமார் இரண்டு வயதிற்குட்பட்ட குழந்தைகளிடம் தான் அதிகம் இந்நோயைக் காணலாம். பெண் குழந்தைகள் ஆண் குழந்தைகளைவிட எளிதில் இந்த இருமலால் பீடிக்கப்பட்டு விடுகின்றனர்.

இந்நோய் ஒரு குழந்தையிடமிருந்து இன்னொரு குழந்தைக்கு எளிதில் தொத்திக்கொண்டு வந்துவிடுகின்றது. நோயுள்ள குழந்தை இருமுகையில், அவ்வழியே இக்கிருமிகள் கோடிக்கணக்கில் வெளியேறி ஆகாரம், படுக்கை, ஆடை, காற்று இவைகளில் பற்றிக்கொண்டு ஆரோக்கியமான குழந்தைகளிடம் எளிதில் பரவி விடுகின்றது.

நோயின் அறிகுறி:—இந்நோயுள்ள குழந்தையுடன் ஆரோக்கியமான குழந்தை நெருங்கி விளையாடி தொடர்பு வைத்துக்கொண்ட பின்பு, சுமார் ஏழு அல்லது பத்து தினங்கள் சென்றதும் நோயின் அறிகுறிகள் மற்ற குழந்தையிடம் ஆரம்பிக்கத் துவங்குகின்றன. இதை மூன்று நிலைகளாகப் பிரிக்கலாம்.

முதல் நிலை:—சளியும், காய்ச்சலுமாக நோய் முதலில் ஆரம்பிக்கும். அத்துடன், லேசாக 'கர் கர்' என்ற சப்தத்துடன் குழந்தை மூச்சுவிடுவான். அது நெஞ்சில் சிறிது கபம் தேங்கியிருப்பதின் அறிகுறியாகும். இரவு வேளைகளில் குழந்தை வாய் ஓயாது இருமத் துவங்குவான். இருமல் 'கொல், கொல், கொல்'லென்று முடிவு இன்றிச் சில விநாடி நேரம் நீடித்து இருக்கும். இவ்விதமான தனிப்பட்ட இருமலைத்தான் கக்குவான் இருமல் என்பார்கள். இது நோய் ஆரம்பமாகி விட்டதை அறிவிக்கும் அபாயச் சின்னமாகும். இந்நிலை சுமார் ஏழு தினங்கள் வரை நீடித்திருக்கும்.

இரண்டாவது நிலை:—ஏழு தினங்களுக்குப் பிறகு காய்ச்சல் தானகவே தணிந்துவிடும். ஆனல் இருமல்

அதற்குப் பதிலாக விடாது மிகவும் கடுமையாக இருக்கும். மூச்சுவிடக்கூட முடியாது. குழந்தை அடிக்கடி இருமுவான். படுத்திருந்த குழந்தை திடீரென்று எழுந்து உட்கார்ந்து கொண்டு கண்களில் நீர் வழிந்தோட, மூச்சுத் தடுமாற வாய் ஓயாது இருமுவான். அல்லது விளையாடிக்கொண்டிருந்த குழந்தை திடீரென்று பயத்துடன் தாயை ஓடிவந்து கட்டிக்கொண்டு முகம் சிவக்க, மூச்சுத் தடுமாற, கண்களில் நீர் கசிய, வாய் ஓயாது இருமுவான். 'கொல், கொல், கொல்' என்ற சப்தத்துடன் ஆரம்பிக்கும் இருமல், முடிவில் 'ஊ' என்ற ஒரு சப்தத்துடன் முடிவதைக் காணலாம். இந்த நிலையில் சில சமயம் இருமல் சுமார் இரண்டு நிமிஷநேரம் கூட நீடிக்கும். சில சமயம் குழந்தை மூச்சுத்திணறி இருமலின் நடுவே மூர்ச்சையடைந்து விடுவதுண்டு. சில குழந்தைகளுக்கு இந்த இருமல் வலிப்பை உண்டாக்கிவிடும். நாள் ஒன்றுக்கு இந்த நிலையில் சுமார் இருபது அல்லது முப்பது தடவைகள் இருமல் ஏற்படும். பகலைவிட இரவு வேளைகளில் இருமல் மிகவும் அதிகமாக இருக்கும். ஒவ்வொரு முறையும் இருமிய பின்பு சில சமயம் குழந்தை சாப்பிட்ட உணவை வாந்தி எடுத்துவிடுவான். இதேநிலை சுமார் மூன்றிலிருந்து பத்து வார காலம் கூட நீடித்து இருக்கலாம். மூன்ருவது நிலை நோய் குணமாகும் நிலை. நோய் ஏற்பட்டு ஏழு அல்லது எட்டு வாரங்களுக்குப் பிறகு நோய் படிப்படியாகக் குணமடைய ஆரம்பிக்கும். இருமல் அடிக்கடி வருவது குறையும். வந்தாலும் மிகவும் கடுமையாக இருக்காது. நாளடைவில் இருமல் ஓய்ந்து நெஞ்சில் சில தினங்கள் கபம் மட்டும்தான் இருக்கும். அதுவும் நாளடைவில் தானே குறைந்து நோய் பூரணமாக மறைந்து விடும்.

நோயினுல் ஏற்படும் தீமைகள்:—இந்நோயுள்ள குழந்தை சாப்பிட்ட உணவை அடிக்கடி வாந்தி எடுத்து வெளியேற்றிவிடுவதினுல், உடல் நாளடைவில் இளைத்து விடும். அதிகமாக இருமினுல் சில சமயம் மூக்கில் இரத்தம் வடியத்துவங்கும். வயிற்றுத் தசைகள் ஓயாத இருமலால் பலஹீனப்பட்டு விடுவதால் தொப்புள் வழியே 'ஹெர்னியா' எனும் குடல் இறக்கம் ஏற்படலாம். சில குழந்

தைக்கு ஆசனவாய் தளர்ந்து ஆசனம் வெளியே தொங்கி விடுவதுண்டு. அநேகமாக இந்த நோயுள்ள குழந்தைகள் தொடர்ந்தாற்போல் நிமோனியா என்றநோய்க்கு இலக்காகலாம். பொதுவாக ஆரோக்கியம் நலிந்துவிடுவதால் எந்தவிதமான தொத்து நோயும் இக் குழந்தைகளை எளிதில் பீடித்துக்கொள்ள முடியும்.

சிகிச்சை:—இந்நோய் வந்துள்ள குழந்தைகள் உள்ள வீட்டிற்கு தன் குழந்தையைத் தாயார் எடுத்துப் போகக்கூடாது. நோயுள்ள குழந்தையுடன் கூடி விளையாட அனுமதிக்கக்கூடாது. ஒரு குழந்தைக்கு கக்குவான் இருமல் ஏற்பட்டால் மற்ற குழந்தைகளுக்கு இந்நோய் ஏற்படாது முன்கூட்டியே கக்குவானுக்காகத் தயாரித்துள்ள மருந்தை ஊசியினால் ஏற்றி நோயினின்று குழந்தையைப் பாதுகாக்கலாம். நோய் வந்த பின்பு குழந்தைக்கு உபயோகிக்கும் துணி, பாத்திரம் இவைகளைத் தாயார் மிகவும் கவனமாகப் பரிசுத்தம் செய்து மற்ற குழந்தைகளுக்கு அவைகள் மூலம் 'நோய் ஏற்படாது பாதுகாக்க வேண்டும். குழந்தையை விளையாடவிடும் இடம் கூடியவரை காற்றோட்டமானதாக இருக்க வேண்டும். ஆகாரத்தை வயிறு நிறைய குழந்தைக்கு ஊட்டாது சிறிது சிறிதாகக் கொடுக்க வேண்டும். இருமல் வந்து ஒரு முறை ஓய்ந்த பின்பே ஆகாரம் அளிப்பது நலம். இருமலுக்கு ஒரு தேக்கரண்டி அளவு இருமல் மருந்து உள்ளுக்குச் சாப்பிடக் கொடுக்கலாம்.

கக்குவானைத் தாயார் தானே சிகிச்சை செய்ய முயற்சிப்பதை விட்டு, வைத்தியரிடம் காட்டிச் சிகிச்சை செய்வது நலம். முதல் நிலையிலேயே கக்குவானுக்காக தயாரிக்கப்பட்டுள்ள வாக்ஸீன் எனப்படும் மருந்தை ஊசி போட்டு வியாதியின் கடுமையை ஓரளவு குறைக்கலாம். தற்காலத்து வைத்தியர்கள் இந்நோய்க்கு அல்டிரா வயலட் கிரணங்கள், ஆரோமைஸின், டெர்ராமைஸின், குளோரோமைஸிடின் போன்ற பலவற்றினாலும் குணப்படுத்த முயலுகின்றனர்.

டிப்தீரியா

இது குழந்தைப் பருவத்திலே வரக்கூடிய தொத்து நோய்களில் மிகவும் முக்கியமானது. இது டிப்தீரியா பாஸிலஸ் எனப்படும் ஒரு வகைக் கிருமிகளால் ஏற்படுகின்றது. ஒரு குழந்தையிட மிருந்து இன்னொரு குழந்தைக்கு எளிதில் பரவிவிடும் தொத்து நோய். சில சமயங்களில் இந்நோய் அம்மை, வாந்தி, பேதி, இளம்பிள்ளை வாதம் இவைகளைப் போல் பெருவாரியாக ஒரே சமயத்தில் ஊரில் பல குழந்தைகளுக்கும் ஏற்பட்டு விடுவதுண்டு. இரத்தத்தில் இந்நோயைத் தடுக்கும் இயற்கையான சக்திப் பொருள் ஒரு வயதிற்குட்பட்ட குழந்தையிடம் அபரிமிதமாக இருப்பதினால் இந்நோய் அநேகமாக ஒரு வயதிற்குட்பட்ட குழந்தைக்கு வருவதில்லை. ஒரு வயதிலிருந்து ஐந்து வயதிற்குட்பட்ட குழந்தைகளுக்குத் தான் இது அதிகம் ஏற்படுகின்றது. பத்து வயதிற்கு மேற்பட்ட குழந்தைகளிடம் அதிகம் வருவதில்லை.

நோய்க்கிருமிகள் நோயுற்றவரின் மூக்கு, தொண்டை இவைகள் மீதுள்ள மெல்லிய சர்மத்திலே குடியிருக்கின்றன. அவர்களுடைய தும்மல், இருமல், எச்சில், சளி இவைகள் வழியே வெளியேறி ஆடைகள், படுக்கை, பாத்திரங்கள் முதலியவற்றில் பரவிவிடலாம். சில சமயம் நாய், பூனை முதலியவை நோயாளியுடன் விளையாடி அவைகளிடம் ஒட்டிக்கொண்டு பிறகு அவைகளுடன் ஆரோக்கியமான குழந்தை விளையாடினால் அக்குழந்தையிடம் கிருமிகள் தொத்திக் கொள்ளலாம். பாலைப் பச்சையாகக் காய்ச்சாது கொடுத்தால் டிப்தீரியா நோய் ஏற்படலாம் என்று சில வைத்தியர்கள் கருதுகின்றனர். மேலும், ஒரு முறை டிப்தீரியா நோய் வந்து குணமான குழந்தையிடம் சில சமயம் அந்நோய்க் கிருமிகள் பல மாதங்கள் வரை மூக்கு, வாய், தொண்டை இங்குள்ள சர்மத்தில் குடி கொண்டிருக்கும். இக்குழந்தை மற்ற ஆரோக்கியமாக உள்ள குழந்தைக்கு இந்நோயைப் பரப்பிவிடக் கூடும்.

இவ்வாறு பரப்பும் குழந்தையை 'காரியர்' அதாவது நோயைப் பிறருக்கும் பரப்ப ஒரு கருவியாக அமைந்தவர் என்ற பொருள்பட அழைப்பார்கள்.

நோயின் அறிகுறி:—நோயுற்ற குழந்தையுடன் தொடர்பு ஏற்பட்டு இரண்டு அல்லது ஐந்து தினங்கள் சென்ற பின்பு தான் நோய் தனது அறிகுறிகளைத்துவக்கு கின்றது. லேசான காய்ச்சலுடன், தொண்டை சிவந்து காணப்படும். சில சமயம் மூக்கில் சிறிதளவு சளி கசிந்து கொண்டிருக்கும். ஆரம்பத்தில் தாயார் இந்நோயை சாதாரண சளி என அசட்டை செய்யக்கூடும். தொண்டை, அல்லது மூக்கு இந்த இரண்டு உறுப்புகளி லும் உட்புறத்தில் சாம்பல் நிறமுடைய ஒரு மெல்லிய தோல் உண்டாகி ஊறுகாய் மீது படிந்திருக்கும் பூஞ்சக் காளான் போல் விரைவில் தொண்டையின் உட்புறத்தில் பரவிக்கொண்டுவிடும். காற்றுக் குழலையே இந்தத் தோல் அடைத்துக் கொள்வதினால் குழந்தைக்கு மூச்சுத்திணறல் ஏற்பட்டு அபாயமாகிவிடலாம்.

இந்நோயினால் இரண்டுவிதமான தீமைகள் ஏற்படு கின்றன. சாம்பல் நிறமான டிப்தீரியா கிருமிகள்கொண்ட தோல் மூச்சுக்குழலில் சென்று பரவி மூச்சுத் திணறலை உண்டாக்கி மரணத்தை உண்டு பண்ணலாம். இரண்டாவ தாக டிப்தீரியா கிருமிகள், ஒருவிதமான கடுமையான விஷத்தை உற்பத்தி செய்கின்றன. அவ்விஷம் இரத்தம் மூலம் பரவி இருதயம், நரம்புகள், மூளை, மூத்திரக் கோளம் போன்ற உறுப்புகளைப் பாதிப்பதினால், இந்த முக்கிய உறுப்புகள் சோர்ந்து தமது வேலையை செய்ய முடியாது மயக்கமடைகின்றன. அதனால் குழந்தைக்கு மரணம் ஏற்படலாம். இந்நோயினால் மேலும் பலவித மான தீமைகள் ஏற்படுகின்றன. நிமோனியா, இருதய பலஹீனம், பாரிச வாதம், நரம்பு தளர்ச்சி, மூத்திரத்தில் புரதம் வெளியேறுதல் போன்ற பலவிதமான கோளாறு கள் இந்நோயின் பின்பு தொடர்ச்சியாக ஏற்படக்கூடும்.

சிகிச்சை:—முன்கூட்டியே இந்நோய் ஏற்படாது தடுப்பதுதான் தக்க சிகிச்சையாகும். நோயுற்ற குழந்தை

களுடன் தொடர்பு ஏற்பட்டதாகச் சந்தேகமிருந்தால் தாயார் உடனே வைத்தியரிடம் கலந்து ஆலோசித்து உடனே வீட்டிலுள்ள எல்லாக் குழந்தைகளுக்கும் டிப்தீரியா வராது தடுக்கத் தயாரித்துள்ள, டிப்தீரியா ஆன்டிடாக்ஸின் ஸீரம் என்பதை ஊசிமூலம் ஏற்றி இந்நோயைத் தடுக்கலாம். இம்யூனடி என்னும் இயற்கை சக்தியைச் செயற்கையாகக் குழந்தையிடம் உண்டுபண்ண வேண்டும். நோய்வந்த பின்பு குணமடைந்துள்ள குழந்தை இந்நோயை பிறருக்கு பரப்பக்கூடும் என்று சந்தேகம் ஏற்பட்டால், வைத்தியரிடம் காட்டித் தக்க பாதுகாப்பு செய்து கொள்ளவேண்டும். வைத்தியர் அந்தக் குழந்தையின் தொண்டையில் உள்ள கோழையில் சிறிதளவு ஒரு சுத்தமான பஞ்சு சுத்திய குச்சியில் தொட்டு எடுத்து, கண்ணாடிப் புட்டிக்குள் அடைத்துச் சோதனைச் சாலைக்கு அனுப்புவார். சோதனைச் சாலையில், அந்தப் பஞ்சில் உள்ள கோழையை பரிசோதித்துவிட்டு, டிப்தீரியா கிருமிகள் இருக்கின்றனவா, இல்லையா என்று நிச்சயமாகக் கூறிவிடுவார்கள். கிருமிகள் இருந்தால், அவைகளை அப்புறப் படுத்த தக்க சிகிச்சையை வைத்தியர் மேற்கொள்வார். டான்ஸிலின் உள்ளே சென்று குடியேறி வெளிச்செல்ல அவைகள் மறுக்கின்றன என்று சந்தேகப்பட்டால், குழந்தையின் டான்ஸில்களை வெட்டி வெளியே எடுத்துவிட ஆலோசனை கூறுவார். கிருமிகளை அப்புறப் படுத்தி குழந்தையின் தொண்டையைப் பரிசுத்தப்படுத்தினால் ஒழிய, அந்தவிதமான குழந்தையினால் மற்றவர்களுக்கு எப்பொழுதும் ஆபத்துத்தான்.

நோயாளிக் குழந்தைக்குப் பணிவிடை செய்யும் தாயாரும், நோய் வராது தடுக்க ஊசி போட்டுக்கொள்ள வேண்டும். தனது கரங்களை அப்போதைக்கப்போது மருந்து நீரில் பரிசுத்தப் படுத்திக் கொள்ள வேண்டும். நோயாளியின் உடைகள், பாத்திரங்கள் முதலிய எல்லாவற்றையும் பரிசுத்தப்படுத்திய பின்புதான் உபயோகிக்கலாம்.

டிப்தீரியா நோயைத் தாயார் தானே சிகிச்சைசெய்ய முடியாது. தாமதமின்றி வைத்தியரிடம் காட்டி, சிகிச்சை செய்விக்க வேண்டும். நோய் முற்றும் முன்பே, டிப்தீ

ரியா ஆன்டி டாக்ஸின் ஸீரத்தை ஊசி வழியாக ஏற்றி, அத்துடன் பெனிஸிலின் போன்ற மருந்துகளையும் உபயோகித்தால் சீக்கிரம் குழந்தை குணமடைவான்.

நோயாளி குழந்தை அதிகம் எழுந்து ஓடியாடாது படுக்கையிலேயே இருக்கும்படி தாயார் பலவந்தப் படுத்தி வைத்திருக்க வேண்டும். நோயினுல் பலஹீனப்பட்டுள்ள இருதயம், குழந்தை அதிகம் நடமாடினுல் இன்னமும் பலஹீனப் பட்டுவிடும். பார்லி தண்ணீர், குளுகோஸ் சர்க்கரை கலந்த நீர், பால் இவைகள் தான் குழந்தைக்கு ஆகாரமாகக் கொடுக்கலாம். மூச்சுத் திணறல் மிகவும் அபாயகரமாக ஏற்பட்டிருந்தால், குழந்தையை மரணத்தினின்று காப்பாற்ற வைத்தியர் சில சமயம், குழந்தையின் கழுத்திலே சிறு ஆப்ரேஷன் செய்து ஒரு துவாரத்தை உண்டு பண்ணி அதற்குள் ஒரு ரப்பர் குழாயைப் பொருத்தி அதன் வழியே சுவாசம் சுலபமாக போய்வர உதவி செய்ய வேண்டியிருக்கும்.

இளம் பிள்ளை வாதம்

இதை இன்பான்டைல் பராலிஸிஸ் என்றும், பாலியோமைலைடிஸ் என்றும் ஆங்கிலத்தில் அழைப்பார்கள். ஒருவகைப்பட்ட வைரஸ் கிருமிகளால் இந்நோய் ஏற்படுகின்றது. இக்கிருமிகள் மூளை, நரம்பு முதலியவற்றைப் பாதித்து, குழந்தையின் கை அல்லது கால்களில் பாரிச வாத முண்டாக்கி விடுவதினுல் இதை இளம்பிள்ளை வாதம் என அழைக்கின்ருர்கள். இந்நோய் அநேகமாக ஒரு வயதிற்குட்பட்ட குழந்தையைப் பாதிப்பதில்லை. இரண்டிலிருந்து ஐந்து வயதுவரை உள்ள குழந்தைகளையே இந்த வாத நோய் அதிகம் பீடிக்கின்றது. பதினுன்கு வயதிற்கு மேற்பட்ட குழந்தைகளிடம் இந்நோய் காணப்படுவது மிகவும் அபூர்வம்.

இந்நோய் சில சமயம் பெருவாரியாகக் கொள்ளை நோய்களைப்போல் ஒரே சமயத்தில் ஊரில் பல குழந்தைகளுக்கு ஏற்படுவதுமுண்டு. அநேகமாக கோடை காலத்

திலே தான் மிகவும் தீவிரமாக இந்நோய் பரவுகிறதென்று வைத்தியர்கள் கருதுகின்றனர்.

நோயின் அறிகுறி :—நோயாளியுடன் தொடர்பு ஏற்பட்டு சுமார் பத்து தினங்கள் சென்ற பின்புதான் அறிகுறிகள் வெளியே தென்படத் துவங்குகின்றன. தலைவலி, வாந்தி, பேதி, 101 டிகிரி காய்ச்சல் இவைகளுடன் நோய் ஆரம்பமாகின்றது. சுமார் இரண்டு அல்லது நான்கு நாட்கள் காய்ச்சல் குறையாது வீசிக் கொண்டிருக்கும். குழந்தையின் முகம் சிவந்து காணப்படும். கால், கை போன்ற உறுப்புகளை அசைத்தாலும் பொறுக்க முடியாத நோவு ஏற்படும். அதனால் குழந்தை தாயார் தன்னை தூக்குவதை விரும்பாது அழுவான். கழுத்துப் பட்டை, முதுகு முதலிய இடங்களில் உள்ள தசைகள் மரப் பலகைபோல் இழுத்துக் கொண்டு கடினமாகத் தென்படும். சில சமயம் இந்த அறிகுறிகள் மெல்லமறைந்து நோய் தானே குணமடைந்து விடுவதுண்டு. ஆனால் சில குழந்தைகளுக்கு இந்த காய்ச்சலுடன் பாரிச வாதமும் ஏற்பட்டுவிடுகின்றது. நாலைந்து நாட்கள் வீசிய காய்ச்சல் தணிந்து குழந்தைக்கு ஏற்பட்டுள்ள நோவு குறையும். நோய் குணமாகி விட்டதைப் போன்று எல்லா அறிகுறிகளும் மறைந்துவிடும். ஆனால் அதை நம்பிவிட முடியாது. ஏனெனில், காய்ச்சல் சிறிது தணிந்ததும் ஒரு நாள் சென்று மறுபடி முன்போல் 101 டிகிரி வரை காய்ச்சல் அடிக்கத் துவங்கும். இரண்டாவது முறை காய்ச்சல் ஆரம்பிப்பது வரப்போகும் பாரிசவாதத்திற்கு அறிகுறி.

ஆரம்பத்தில் இரண்டு கைகளும் இரண்டு கால்களும் பாரிசவாதத்தினால் பீடிக்கப்பட்டு அசைக்க முடியாது துவண்டு கிடக்கும். சில நாட்கள் சென்றதும், சில தசைகள் நோயினின்று குணமடையத் துவங்கியதும் புத்துயிர் பெற ஆரம்பிக்கின்றன. அதன் விளைவால் அசைக்க முடியாத கைகால்களில் ஏதேனும் ஒன்று மீண்டும் தனது பலத்தை அடைந்து முன் போல் இயங்கத் துவங்குகின்றது. உடலில் உள்ள எந்த தசையிலும் பாரிச வாதம்

ஏற்படலாம். என்றாலும் அநேகமாக கை அல்லது கால் போன்ற உறுப்புகளின் தசைகளுக்குத் தான் பாரிசவாதம் ஏற்படுகிறது. அதனால் நோய் குணமானதும் குழந்தையின் ஒருகை ஒருகால் அல்லது ஒரு கை மட்டும் வாதத்தினால் இழுத்துக் கொண்டு உபயோகிக்க முடியாது வலுவற்றுப் போகின்றது. ஆரம்பத்திலேயே கவனிக்காவிடில் இந்தக் குழந்தைகள் வாழ்நாள் முழுவதும் ஊனமான மனிதப் பிறவியாக வாழ நேர்கின்றது.

சிகிச்சை :—ஊரில் இந்நோய் பரவி இருப்பதை அறிந்தவுடன், தாயார் குழந்தையை ஜாக்கிரதையாகப் பாதுகாக்க வேண்டும். சளி ஏற்படும்படி அவனை ஈரமான தரையில் விளையாட விடக்கூடாது. குழாய் ஜலத்தில் நனைந்து விளையாடவோ அல்லது ஓடும் மழை ஜலத்திலே கப்பல் விட்டு நண்பர்களுடன் விளையாடவோ அனுமதிக்கக்கூடாது. சினிமா, நாடகம் போன்ற கூட்டம் நிறைந்த இடங்களுக்கு குழந்தையை தாயார் எடுத்துச் செல்லக் கூடாது. பாலை ஒவ்வொரு முறையும் நன்றாக காய்ச்சி ஆறவைத்துத்தான் கொடுக்க வேண்டும். தெருவில் விற்கும் மிட்டாய், ஈ கொசு மொய்த்த தின்பண்டங்கள் இவைகளை குழந்தை சாப்பிட அனுமதிக்கக் கூடாது. இந்நோய் ஊரிலே பரவி யிருப்பதை அறிந்ததும் தாயார், குழந்தைக்கு ஏற்பட்டுள்ளது வெறும் சளியும் காய்ச்சலுமாக இருந்தாலும் வைத்தியரிடம் காட்டிக் குழந்தையைப் பரிசோதனை செய்யச் சொல்லுவதுதான் நல்லது. ஏனெனில் முன் கூட்டியே நன்றாக சிகிச்சை செய்தால் இளம்பிள்ளை வாதத்தைக் குணப்படுத்தி விட முடியும். ஆகவே தாயார் வெறும் சளிதானே, வைத்தியர் எதற்கு என்று அசட்டைசெய்து வாளா விருப்பதைவிட சந்தேகமிருந்தால் உடனே நிவர்த்தி செய்து கொள்வதுதான் சாலச் சிறந்ததாகும். இளம் பிள்ளை வாதத்தை வீட்டில் வைத்து சிகிச்சை செய்வதைவிட ஆஸ்பத்திரியில் வைத்து சிகிச்சை செய்வது தான் தக்க முறையாகும்.

இளம்பிள்ளை வாத நோய் வந்துள்ள குழந்தைக்கு தாயார் பணிவிடை செய்கையில், மிகவும் பரிசுத்தமான முறைகளை அனுசரிக்க வேண்டும். படுக்கை, ஆடை

இவைகளை சுத்தமாக வைத்திருக்க வேண்டும். அன்றுடம் குழந்தைக்கு இருவேளை வாயை மருந்து நீரில் கொப்பளிக்கச் செய்து பற்கள், வாய், தொண்டை இவைகளைப் பரிசுத்தமாக வைத்திருக்க உதவி செய்ய வேண்டும். குழந்தை கழிக்கும் மலம், மூத்திரம், எச்சில் இவைகளை பிணயில்விட்டு நன்ருக ஊறவைத்து மிகவும் பத்திரமாக, கிருமிகள் அதனின்று வீட்டினுள் பரவாது அப்புறப் படுத்த வேண்டும். தாயார் நோயாளியைத் தொடும் ஒவ்வொரு முறையும் தனது கரங்களை மருந்து நீரில் நன்ருக கழுவி சுத்தப்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும்.

சீதபேதி

இதை ஆங்கிலத்தில் பாஸிலரி டிஸண்டரி என்பார்கள். இதுவும் தொத்து நோய்களில் ஒன்ருகும். இது டிஸண்டரி பாஸிலஸ் எனப்படும் சிலவகை கிருமிகளால் ஏற்படுகிறது. உணவு, தண்ணீர் இவை வழியேதான் இந்நோய்க் கிருமிகள் உடலை அடைந்து நோயை உண்டாக்குகின்றன.

நோயின் அறிகுறி:—குழந்தை அடிக்கடி மலம் கழிக்கத் துவங்குவான். அத்துடன் வயிற்று நோவும் ஏற்படும். அதனல் குழந்தை விட்டு விட்டு அழுவான். முதலில் கெட்டியாக மலம் வெளியேறும். நாலைந்து தடவை சென்றதும், நீர் கலந்து பேதிபோல் மலம் வெளிப்படும். பலதடவைகள் சென்றதும் மலமே வெளி வராமல் வெறும் இரத்தம், சளி போன்ற சீழ் மட்டுமே வெளிவரும். ஒவ்வொரு முறையும் கழிக்கும் மலம் மிகவும் குறைவாகத் தானிருக்கும். அதைக் கழிப்பதற்குள் குடலில் ஏற்படும் திருகுவலி தாளாது குழந்தை மிகவும் துடித்து அழுது விடுவான். இத்துடன் காய்ச்சலும் ஓரளவிற்கு கடுமையாக வீசிக்கொண்டிருப்பதைக் காணலாம்.

சிகிச்சை:—இந்நோய், ஈ மொய்த்த அசுத்தமான தின்பண்டங்களை குழந்தைவாங்கிப் புசிப்பதாலும், தண்ணீரைக் காய்ச்சாது பருகுவதாலும் ஏற்படுகின்றது. ஆகவே, தாயார் குழந்தை உண்ணும் உணவை ஈ மொய்க்காது

பாதுகாக்க வேண்டும். அளிக்கும் உணவை மிகவும் பரிசுத்தமான முறையில் அளிப்பது நலம். தெருவிலே விற்கும் பழங்கள், தின்பண்டங்கள் இவைகளை வாங்கி குழந்தைக்கு புசிக்கக் கொடுக்காதிருப்பதும் நலம். இந்நோய்க்கு தற்கால வைத்தியர்கள் ஸல்பானிலமைட் மருந்து, ஆரோமைசின், குளோரோமைசிடின், டெர்ராமைசின் போன்ற பல மருந்துகளையும் உபயோகித்து சிகிச்சை செய்கிறார்கள். இம்மருந்துகளால் பூரண குணம் உடனே ஏற்பட்டுவிடுவதனால் தற்காலத்தில் வைத்தியர்கள் இந்நோயைக் கண்டு அவ்வளவாக அஞ்சுவதில்லை.

வயிற்றுக் கடுப்பு வந்துள்ள குழந்தைக்கு, வயிற்றின்மீது சூடான ஒற்றடம் அடிக்கடி கொடுத்துக்கொண்டிருந்தால் நோவு குறையும். சிறு குழந்தைகளுக்கு, முட்டையிலுள்ள வெள்ளையைப் பிரித்து தண்ணீரில் கலந்து அதையே ஆகாரமாக கொடுத்துக்கொண்டிருக்கலாம். பேசும் பருவத்து குழந்தைக்கு ஜவ்வரிசி, அல்லது பார்லி கஞ்சியில் மோர் விட்டு உப்புப்போட்டு கொடுக்கலாம். பால் அதிகம் ஆகாரத்தில் சேர்க்காதிருப்பது நலம். மிகவும் நீர் கலந்து டீ அல்லது காப்பி சிறிதளவு அளிப்பதில் தவறில்லை. சில தினங்கள் இந்த நோயினால் அவதிப்பட்ட குழந்தைகளின் ஆகாரத்தில் அதிக காரமான குழம்பு, ரஸம் இவைகளைச் சேர்க்காதிருப்பது உத்தமம்.

13. சில தொந்தரவுகள்

தூக்கமின்மை

குழந்தையிடம் காணப்படும் பல சில்லரைத் தொந்தரவுகளில் தூக்கமின்மை என்பது மிகவும் முக்கியமானது. இரவு வேளையில் நிம்மதியாகத் தூங்காது அடிக்கடி விழித்துக்கொண்டு அழும் குழந்தை தாயாரையும் கண்விழித்திருந்து சோர்வடையச் செய்வதுடன், அக்கம் பக்கத்தவர்களின் தூக்கத்தையும் கெடுத்து விடுகிறான். நல்ல நடு நிசியில் ஊரே நிசப்தத்தில் ஆழ்ந்து கிடக்கையில் திடீரென்று பலத்த குரலில் குழந்தை

கையில் பிடிபடாது வாய் ஓயாது அழுதால், அதைக் கேட்டுத் தூக்கம் கலையும் அக்கம் பக்கத்தவர்களுக்கு கோபம் ஏற்படுவது இயற்கையே. "இது எந்தப் பீடை இப்படி வாய் ஓயாது அலறுகிறது?" என்று குழந்தையை சபிப்பவர்களும், "தாயார் என்ன செய்கிருள்? எட்டு வீடு கேட்க குழந்தை அலறுவது தெரியாமல் அப்படியா எருமை மாட்டைப்போல் தூங்குவாள்! குழந்தையை எடுத்து சமாதானப் படுத்தக் கூடாதா?" என்று தாயாரை சபிப்பவர்களும் உண்டு. பகலெல்லாம் ஓய்வின்றி உழைத்துவிட்டு அயர்ந்து தூங்கும் தந்தையின் தூக்கமும் கெட்டுவிடுகின்றது. தூக்கமின்மையால் வாதனைப் படும் குழந்தை ஏக காலத்தில் அக்கம் பக்கத்தவர், தந்தை, தாயார் இவ்வளவு பேர்களுடைய கோபத்திற்கும் இலக்காகி விடுகிருன்.

தூக்கமின்மைக்குக் காரணம்:—பால் குடிக்கும் பருவத்துக் குழந்தைகளுக்கு அஜீரணம் அல்லது மலச்சிக்கல் ஏதாவது ஒன்று ஏற்பட்டால் தூக்கம் கெட்டுவிடுகின்றது. ஆகாரம் போதாவிட்டாலும் பசியினுல் தூக்கம் கெட்டுவிடுகின்றது, பல் முளைக்கும் பருவத்தில் பல்லீறு வீங்கித் தடித்து நோயை உண்டாக்குவதனுல் தூக்கமின்றி குழந்தை எல்லோருக்கும் தொந்தரவைக் கொடுக்கிருன்.

பள்ளிப் பருவத்துக் குழந்தைக்கு அஜீரணம், மலச்சிக்கல், டான்ஸில், அடிநுய்டு இவைகள் அதிகம் வளர்ந்து மூச்சை அடைத்துக் கொள்ளுதல் முதலியவற்ருல் தூக்கம் கெட்டு விடுகின்றது. ஓய்வின்றிப் பாடங்களையே படித்துக் கொண்டிருந்தாலும் மூளை சோர்ந்து குழந்தையின் தூக்கம் கெட்டு விடுகின்றது.

சிகிச்சை:—அஜீரணத்தை சீர்திருத்தி ஆகாரத்தில் தாயார் கருத்தை அதிகம் செலுத்த வேண்டும். பள்ளிக் கூடத்தில் அதிகப் பாடம் படிக்க நேரிடும் குழந்தைக்கு போதிய விளையாட்டும் ஓய்வும் ஏற்படுத்திக் கொடுத்தால் தூக்கம் கெடாது குழந்தை ஆரோக்கியமாக வளர்வான்.

நடக்க முடியாமை

குழந்தை பத்தாவது மாதத்தில் எழுந்திருந்து சுவற்றைப் பிடித்துக் கொண்டு நடக்க ஆரம்பிக்கிறான். ஒன்றரை வயது பூர்த்தியாவதற்குள் பிறர் உதவியின்றித் தானே தத்தித் தடுமாறி நடக்கக் கற்றுக்கொண்டு விடுகிறான். வயது மூன்று ஆகியும் சில குழந்தைகள் நடக்கத் தெரியாது உட்கார்ந்த இடத்தைவிட்டு சிறிதும் அசையாது உட்கார்ந்து கிடப்பதைக் காணலாம். இதில் இரண்டுவகை உண்டு. பிறந்ததிலிருந்து நடை என்பதையே நடந்து பழகாத குழந்தை ஒருவகை. நன்றாக விளையாடிக் கொண்டிருந்தவன் திடீரென்று நடையை மறந்து உட்கார்ந்த இடத்தைவிட்டு அசைய மறுக்கும் குழந்தை இன்னொருவகை.

முதல் வகையின் காரணம் பின்வருவனவாக இருக்கலாம்: ரிக்கெட்ஸ் எனும் நோயினால் உடல் எலும்புகள் பலஹீனமாகி விடுவதினால், குழந்தை எழுந்து நடக்கத் துவங்க காலதாமதமாகின்றது. பிறவியிலே மூளைமந்தமாக உள்ள குழந்தைக்கு நடக்கப் பழக்கம் ஏற்பட காலம் செல்லுகின்றது. பாரிசவாதம் போன்ற நோயினால் பீடிக்கப்பட்டிருந்த குழந்தைக்கு நடக்க காலில் பலம் இருப்பதில்லை.

நன்றாக நடந்து கொண்டிருந்த குழந்தைக்கு திடீரென்று நடக்க முடியாது போவதற்கு சில காரணங்கள் இருக்கின்றன. பல நாட்கள் படுக்கையில் வியாதியாகப் படுத்திருக்க நேரும் குழந்தைக்குப் பலஹீனத்தினால் சட்டென நடக்கக் கால்கள் துணிவதில்லை. புதிதாக நடை பழகிக்கொண்டு தத்தித் தவறி நடந்து விளையாடும் சிறுவனுக்கு காய்ச்சல் வந்து பத்துநாட்கள் படுத்த படுக்கையாகி விடுகிறான் என்று வைத்துக் கொள்வோம். அந்த சில நாட்களில் அவன் சிரமப்பட்டுக் கற்றுக் கொண்ட நடக்கும் வித்தையை மறந்தே போய்விடுகிறான். குணமடைந்ததும் அவனுக்கு சட்டென நடக்க வருவதில்லை. மீண்டும் முன்போல மெல்ல எழுந்து, சுவற்றைப் பிடித்துக்கொண்டு அடிமேல் அடியாக எடுத்துவைத்து நடை

பயில வேண்டியிருக்கிறது. குழந்தை தக்க பருவத்தில் நடக்காது தாமதம் செய்தால் வைத்தியரிடம் காட்டி ஆலோசனை பெறுவதுதான் உத்தமமாகும்.

தலைவலி

'அம்மா எனக்குத் தலை வலிக்கிறது என்று சொல்லச் சொன்னாள்' என்று சாக்குகள் கூறிப் பள்ளிக்கூடத்திற்கு வராது தட்டிக்கழிக்கும், துள்ளித் திரியும் பள்ளிப் பருவத்துக் குழந்தைக்கு உண்மையிலேயே சில காரணங்களினால் தலைவலி ஏற்படுகின்றது.

புத்தகத்தை ஊன்றிக் கவனித்து வெகு அருகில் வைத்துப் படிப்பதால், பள்ளிக்கூடப் பருவத்துக் குழந்தைக்கு பார்வைக் கோளாறினால் அடிக்கடி தலைவலி ஏற்படுகின்றது. ஓய்வின்றிப் படித்தாலும், மலச்சிக்கல் அஜீரணம் இவைகள் ஏற்பட்டாலும் குழந்தை தலைவலியினால் வாதனைப் படுவான். வேகமாக வளர்ந்து கொண்டு வரும் சிறுவனுக்கு உடலில் தேவையான சக்திப்பொருள் இல்லாததினால், தலைவலி அடிக்கடி ஏற்பட்டு விடுகின்றது. டான்ஸிலும், அடினாய்டும் பெரிதாக வளர்ந்து சுவாசத்தை தடை செய்து தொல்லை கொடுத்தாலும் குழந்தைக்கு தலை வலி வந்து விடும்.

தலை வலி என்று தாயிடம் குழந்தை அடிக்கடி முறையிட்டால், தாயார் முதலில் அவனது குடலைச்சுத்தப் படுத்த ஒருமுறை பேதிக்குக் கொடுக்க வேண்டும். காற்றோட்டமான இடத்தில் தூங்க வசதிகள் செய்து தர வேண்டும். பால் பழங்கள் முதலியவைகளை தாராளமாக ஆகாரத்தில் சேர்த்து உடல் சோர்ந்து விடாவண்ணம் பாதுகாக்க வேண்டும். தொண்டையில் டான்ஸில் அதிகம் வளர்ந்து தொந்தரவு கொடுத்தால் அதை தக்க சிகிச்சையால் நிவர்த்திக்க வேண்டும். கண்களில் பார்வைக் கோளாறு ஏற்பட்டிருப்பதாக சந்தேகம் இருந்தால் தக்க கண் வைத்தியரிடம் பரிசோதனை செய்து, கண்ணாடி அணிவிக்க வேண்டிய நிர்ப்பந்தமிருந்தால் அலட்சியம் செய்யாது கண்ணாடி அணிவித்துப் பார்வைக் கோளாறை

அதிகரிக்க வொட்டாது முன்கூட்டியே பாதுகாத்துவிட வேண்டும். அநேகமாக தலை வலி, இந்த விதமான சிகிச்சைகளினால் மறைந்து விடுவதைக் காணலாம்.

விக்கல்

பால் குடித்தவுடன் சில சமயம் குழந்தைக்கு விக்கல் ஏற்படுவதுண்டு. அவசரமாக பாலைப் பருகுவதால் விக்கல் ஏற்படலாம். அல்லது குழந்தை பாலுடன் காற்றையும் சேர்த்து விழுங்கிவிடுவதாலும் விக்கல் ஏற்படலாம். இதைத் தடுக்கத் தாயார், குழந்தைக்குப் பால் கொடுக்கும் பொழுது அவசரப்படாது நிதானமாகக் கொடுக்கவேண்டும். விக்கல் ஏற்பட்ட குழந்தையைத் தோள் மீது சாத்திக்கொண்டு, முதுகின்மீது மெதுவாகத் தட்டிக் கொடுத்தால் வயிற்றுக்குள் சென்ற காற்று ஏப்பமாக வெளியேறி விடும். விக்கல் உடனே நின்று விடும். அதற்கும் நிற்காவிடில், ஒரு சங்கு வெந்நீரை இளஞ் சூடாக குழந்தைக்குப் புகட்டினால் விக்கல் சட்டென நின்று விடும்.

வயது வந்த குழந்தை பள்ளிக்கூடம் போக வேண்டுமென்ற அவசரத்தில் தோசை, அல்லது இட்டலித் துண்டத்தை டபக்கென விழுங்கும் பொழுதும், காரமான உணவை உட்கொள்ளும் பொழுதும் விக்கல் ஏற்படுகின்றது. சிறிது தண்ணீர் குடித்தால் இந்த விக்கல் உடனே மறைந்து விடும். நீண்டநேரம் குறையாது தொந்தரவு கொடுத்துக் கொண்டிருந்தால், சுத்தமான பஞ்சுத்திரியை முறுக்கி குழந்தையின் மூக்கில் செலுத்தி செயற்கையாகத் தும்மலை வரவழைத்தால் விக்கல் மறைந்தோடிப் போகும்.

14. சில விபத்துக்கள்

காயங்கள்

குழந்தை நடக்கும் பருவத்திலும், எழுந்திருந்து நிற்க முயற்சிக்கும் போதும், ஓடியாடி விளையாடும் பருவத்திலும், கீழே விழுந்து அடிக்கடி காயப்படுத்திக் கொள்வான். நடக்கப் பழகிக் கொண்டிருக்கும் பருவத்துக் குழந்தை கீழே விழுந்ததும் தாயார், "ஐயோ! குழந்தை விழுந்து விட்டானே!" என்று அனுதாபத்துடன் கூடச் சேர்ந்து கூக்குரலிடக் கூடாது. கீழே விழுந்த குழந்தை 'ஓ' வென்று கூச்சலிட்டு அலறக் கூடும். காயத்தினுல் ஏற்படும் நோயைவிடக் கீழே விழுந்ததினுல் ஏற்பட்ட அதிர்ச்சியும் பயமுமே அவனை அவ்வாறு அலறி அழச் செய்கின்றன. ஆகவே தாயார், பதட்ட மடையாது விரைவில் அவனை அணுகித் தூக்கி எடுத்து நல்ல வார்த்தைகள் கூறி முதலில் சமாதானப் படுத்த வேண்டும். பிறகுதான் சிகிச்சை செய்ய ஆரம்பிக்க வேண்டும்.

கீழே விழுகையில் முக்கியமாக குழந்தை தலையில் தான் அடிக்கடி காயப்படுத்திக் கொள்வான். நெற்றி தரையின் மீது மோதினுல் எலுமிச்சம்பழம் அளவு நெற்றி வீக்கம் ஏற்பட்டு விடுவதும் உண்டு. தாய் இதைக் கண்டு பயந்துவிட வேண்டியதில்லை. காயம்பட்டு கரு இரத்தம் தேங்கி வீங்கியுள்ள பாகத்தின் மீது ஈரத்துணியைப் போட்டு அழுத்தி ஒற்றடம் போட்டால் வீக்கம் சிறிது தணியும். விழுந்த அதிர்ச்சி தாளாது கத்திக் கதறி அழுத குழந்தை நோவு குறைந்ததும் தூங்க ஆரம்பித்து விடுவான்.

சில சமயம், மூக்கின் வழியே இரத்தம் கடகட வென்று வழியத் துவங்கி விடும். மூக்கினின்று கசியும் இரத்தத்தைக் கண்டு தாயார் கலங்க வேண்டாம். ஏனெனில் விரைவில் அது தானே நின்று விடும். மூக்குத்

தண்டின் மீது ஈரத்துணியைப் போட்டு சிறிது நேரம் அழுத்திஞல் இரத்தம் கசிவது நின்று விடும். மூக்கில் இரத்தம் கசிகையில் குழந்தையைத் தாயார் படுக்க வைக்கக் கூடாது. மடியில் உட்கார வைத்துக் கொண்டிருப்பது நலம். சில நிமிஷங்கள் சென்றதும் இரத்தம் கசிவது நன்ருக நின்றதும், மூக்கில் தங்கியுள்ள இரத்தப் பெருக்கை மெல்ல பஞ்சுத் திரியிஞல் எடுத்து விடலாம். இரத்தம் மிகவும் அதிகமாக வடிந்தால் பஞ்சுத் திரியை மூக்கில் சொருகி அடைத்து வைக்கலாம். இந்தச் சாதாரண சிகிச்சை முறைகளுக்கு கட்டுப்படாது இரத்தம் மேலே கசிந்து கொண்டே யிருந்தால் வைத்தியரைக் கூப்பிட்டு சிகிச்சை செய்வது உத்தமம்.

கீழே விழுவதஞல் ஏற்படும் சிராய்தல், சிறு இரத்தக்காயங்கள் எல்லாவற்றையும் தாயாரே சிகிச்சைசெய்து விடலாம். கையை நன்ருக சோப்பிஞல் தேய்த்துக் கழுவி விட்டு, டெட்டால் மருந்து நீரில் கையை மீண்டும் பரிசுத்தம் செய்து கொண்டு சுத்தமான பஞ்சை டெட்டால் நீரில் போட்டு நனைத்து அதஞல் காயத்தின்மீது பட்டிருக்கும் அழுக்கு மண், தூசி இவைகளைத் துடைத்து நீக்க வேண்டும். பிறகு சிறிதளவு பஞ்சை ஒரு குச்சியில் சுத்திக் கொண்டு, அந்தக் குச்சியால் ஜென்ஷியன் வயலட் எனும் திரவத்தை தொட்டு காயத்தின் மேல் கனமாகப் பூசவேண்டும். பிறகு கைவசமுள்ள ஸல்பானிலமைட் பொடியை லேசாக அதன்மீது தூவிவிட்டு பஞ்சிஞல் மூடி, அழுக்குப் படாவண்ணம் வெள்ளைத் துணியிஞல் கட்டி வைக்கலாம். காயத்திலே மண், சாணி முதலிய அசுத்தப் பொருள் அதிகம் பட்டிருந்தால், இந்தச் சிகிச்சைக்குப் பிறகு குழந்தைக்கு டெட்டனஸ் என்னும் வலி வராது தடுக்க ஆன்டி டெட்டனஸ் ஸீரம் எனும் மருந்தை ஊசி மூலம் உடலில் ஏற்ற வேண்டியது அவசியம். காயம் பெரியதாகவும், இரத்தம் கசிவது அதிகமாகவும் இருந்தால் வைத்தியர் உதவியை நாடுவது நலம்.

நாய், பூனை முதலிய மிருகங்கள் கடித்துக் காயப் படுத்திவிட்டால் உடனே வைத்தியரிடம் யோசனை கேட்டு அதற்குத் தக்க சிகிச்சை செய்வதுதான் நல்லது.

விளையாட்டுச் சாமான்களினால் நேரும் விபத்துக்கள்

விளையாடுவதற்கு சிறு குழந்தைக்கு அளிக்கும் விளையாட்டுச் சாமான்கள் சில சமயம் குழந்தைக்கு ஆபத்தை உண்டாக்கி விடுவதுண்டு பற்கள் முளைத்த பருவத்து சிறு குழந்தை சிலசமயம் விளையாட்டுச் சாமான்களைக் கடித்துப் பிய்த்து விழுங்கி விடுவதுண்டு. விளையாட்டுக் கரடிப் பொம்மையின் கண்களுக்காக தைக்கப்பட்டிருக்கும் ஒளி பொருந்திய மணிகளை குழந்தை கடித்துப் பிய்த்து விழுங்கி விடுவதுண்டு. சோழி பித்தான்கள், சட்டைகளில் போட்டிருக்கும் சேப்டி பின்கள், சிறு மரச் செப்புகளின் திருகுகள், ஆணிகள் இவைகளை குழந்தை சுலபமாக விழுங்கிவிடுவான். மூன்று வயதிற்கு மேற்பட்ட குழந்தை பொம்மைகளை ஆராயும் நிமித்தம் உடைத்துப் பரிசோதித்துப் பார்க்கையில் கையில் கிடைக்கும் சிறு பித்தான், மணி இவைகளை தனது காது அல்லது மூக்குகளில் திணித்துக்கொண்டு விடுவான். விளையாட்டுப் பொம்மையின் வயிற்றிலே கிரீச்சென சப்தத்தை எழுப்பும் பித்தானை தன் மூக்கிலே திணித்துக் கொண்டால் என்ன நேரும் என்று அவனது சிறிய மூளை வேகமாக ஆராய்வதினால் இந்த விபத்துக்கள் நேருகின்றன. குழந்தைக்கு விளையாடக் கொடுக்கும் பொம்மைகளில் பித்தான்கள் மணிகள் இவைகள் இருந்தால் தாயார் அவைகளை முதலில் நீக்கிவிட்டுப் பிறகுதான் குழந்தையிடம் கொடுக்க வேண்டும். தவழ்ந்து கொண்டு துரு துரு வென்று அலையும் ஒரு குழந்தை வீட்டிலிருப்பதை தாயார் மறக்கவே கூடாது. தரைமீது அவனது கைக்குக் கிடைக்கும்படி பித்தான், ஆணி, பின் முதலிய பொருள்களை அசட்டையாகப் போட்டு வைக்கவே கூடாது. சிறு குழந்தை அழுகிறான் என்று அவனை சமாதானப் படுத்த ஒரு பொழுதும் கையில் நாணயங்களை கொடுக்கவே கூடாது. ஒரு வயதிற்குட்பட்ட சிறு குழந்தை கையில் எதைக் கொடுத்தாலும் டபக்கென்று மறு நிமிஷமே வாயில் போட்டுக்கொண்டு விடுவான்.

ஏதோ ஒரு பொருளை குழந்தை தன் வாய்க்குள் போட்டுக்கொண்டு விட்டான் என்று அறிந்ததும் தாயார்

உடனே 'இந்தா! அப்படிச் செய்யாதே!' என்று அதட்டி சப்தமிடக் கூடாது. தாயார் அதட்டுவதைக் கண்டு குழந்தை பயந்து விடுவான். கிலியினுல் அவன் திடுக்கிட்டு பெருமூச்சொன்று விடுவான். அது வாயில் போட்டுக் கொண்ட பொருளை உள்ளே இழுத்துக்கொண்டு போய் விடும். சில சமயம் தொண்டையைத் தாண்டி அந்தப் பொருள் மூச்சுக் குழலுக்குள் போய் குழந்தைக்கு அபா யத்தையும் விளைவிக்கலாம். ஆகவே சப்தமிடாது மெதுவா கக் குழந்தையை அணுகி, வாயைத் திறந்து ஆள்காட்டி விரலை கன்னத்தின் ஓரமாக வாய்க்குள் விட்டு ஒரே சுழற் றலில் அந்தப் பொருளை வெளியே தள்ளிவிட வேண்டும். வாயை மீறிப் பொருள் தொண்டைக்குள்ளே போயிருந் தால் விரலைத் தொண்டைக்குள் விட்டு அதை எடுக்க தாயார் முயற்சிக்கக் கூடாது. அப்படிச் செய்வதினுல், விழுங்கிய பொருள் இன்னும் உள்ளே போய்விடும். குழந்தை மூச்சுத் திணறுவதை உணர்ந்ததும் சட்டென அவனைத் தூக்கிக் குப்புறப் படுக்க வைத்து முதுகில் மெது வாகத் தட்ட வேண்டும். விழுங்கும் நிலையில் தொண் டையை அடைத்துக்கொண்டிருந்த பொருள் தொப்பென நழுவி வெளியே வந்து விழுந்துவிடும். தொண்டையிலே தொத்திக் கொண்டிருக்கும் சட்டைப் பின்னை தாயார் எடுக்க முயற்சிக்கக் கூடாது. தாமதமின்றி அவனை வைத் தியரிடம் உடனே எடுத்துப் போகவேண்டும்.

சில சமயங்களில் குழந்தையைத் தடுக்குமுன் அவன் கையில் எடுத்த பொருளை டபக்கென்று விழுங்கிவிடுவான். அதற்காக உடனே தாயார் கலங்கிப் பதறி தவிக்க வேண் டியது அவசியமல்ல. விழுங்கப்பட்ட பொருள் மலத் துடன் வரவேண்டும் என்பதற்காக உடனே பேதிக்குக் கொடுப்பதும் தவறு. அப்படிச் செய்தால் மிகவும் கூர்மை யான இரும்புத் துண்டுகளைப் போன்ற பொருள்கள், குட லைக் கிழித்து பல விபத்துக்களை உண்டாக்கிவிடும். ஆகவே தாயார் அவசரப்படாது குழந்தைக்கு சாப்பிட வாழைப்பழம், பாலில் நனைத்த ரொட்டி இவைகளைத் தாராளமாகக் கொடுப்பது நலம். இவைகள் குழந்தை விழுங்கிவிட்ட கூர்மையான பொருளைச் சூழ்ந்துகொண்டு

குடலை அது காயப்படுத்தா வண்ணம் தடுப்பதுடன், மெல்ல குடலினின்று அதை அப்புறப்படுத்தவும் உதவுகின்றன. நாலைந்து நாட்களில் குழந்தை விழுங்கிய பொருள் மலத்துடன் வெளியே வந்துவிடும். அவ்வாறு வராவிடில் பிறகு வைத்தியரின் உதவியைத் தேடலாம். வைத்தியரின் உதவியை நாடுமுன்பு, உண்மையாகவே குழந்தை சட்டைப் பின்னை விழுங்கிவிட்டானு என்று நிச்சயித்துக் கொள்ள வேண்டும். ஏனெனில் அநேக சந்தர்ப்பங்களில், வைத்தியர் குழந்தையின் குடல் முழுவதையும் எக்ஸ்ரே எடுத்துப் பார்த்துத் தேடி அலுத்துப் போய் முடிவில் காணுமற்போன சட்டைப் பின்னை குழந்தையின் படுக்கையடியிலேயே கண்டு பிடிப்பதுண்டு! காது, மூக்கு இவைகளில் ஏதேனும் பொருளைக் குழந்தை போட்டுக் கொண்டுவிட்டால், வைத்தியரிடம் காட்டி அதை எடுப்பதுதான் நலம். தாயார் தானே எடுக்க முயற்சிப்பது தவறு.

நெருப்புக் காயம்

நெருப்பினுல் குழந்தைகளுக்கு விபத்துக்கள் ஏற்படுவது மிகவும் சகஜம். தவழும் பருவத்துக் குழந்தை, தாயார் அசட்டையாக இருந்தால் கொதித்து இறக்கிய குழம்புச் சட்டியைப் பிடித்து இழுத்து மேலே கொட்டி காயப்படுத்திக் கொண்டு விடுவான். வடித்த கஞ்சி, பொங்கும் பால் இவைகளில் கையைவிட்டு காயப்படுத்திக் கொள்ளும் குழந்தைகள் அனேகம். இரண்டு வயதிற்கு மேற்பட்ட குழந்தை நெருப்புப் பெட்டியை எடுத்து விஷமம் செய்து விபத்துக்குள்ளாவதும் சகஜம். தீபாவளி போன்ற பண்டிகைகளின் போது வெடிகளாலும், வாணங்களாலும் விபத்துக்குள்ளாகிற குழந்தைகள் பலர்.

குழந்தையின் கைக்கு எட்டும் உயரத்தில் நெருப்புப் பெட்டிகளை தாயார் அசட்டையாகப் போட்டு வைக்கக் கூடாது. சமையலறையில் விளையாடக் குழந்தையை அனுமதிக்கவே கூடாது. சிறு குழந்தைகளை குத்துவிளக்கு, சிமிழ் விளக்கு போன்றவையின் அருகிலே விளையாடவிடவும் கூடாது. நெருப்பினுல் ஏற்படும் காயம் மூன்று வகைப்படும். லேசாக சர்மம் சிவந்துவிடுவது ஒருவகை.

சர்மம் காயமாகிக் கொப்பளித்துக் கொண்டு விடுவது இன்னொரு வகை. சர்மமும் அடியிலுள்ள சதைகளும் நன்ருக வெந்து புண்ணுகி விடுவது மூன்ருவது வகை. நெருப்புக் காயம் சர்மத்தை எவ்வளவு ஆழமாகப் பாதித்துள்ளது என்பதுதான் முக்கியம். காயம் மிகவும் லேசாளுலும், உடலின் பெரும்பகுதியை நெருப்புக் காயப்படுத்திவிட்டால் அதனுல் உயிருக்குக்கூட அபாயம்.

சிறிய நெருப்புக் காயங்களை தாயார் தானே சிகிச்சை செய்யலாம். வெந்நீர் கொட்டி சர்மம் லேசாக சிவந்திருந்தால் எரிச்சலைக் குறைக்க, தேங்காய் எண்ணெயை காயத்தின் மீது தடவலாம். சிறிய இரண்டொரு கொப்புளங்கள் ஏற்பட்டிருந்தால், சுத்தமான ஒரு கத்தரிக்கோலால் கொப்புளங்களைக் கத்தரித்து உள்ளே தேங்கியிருக்கும் நீரை எடுத்துவிட்டு, காயத்தின்மீது ஜென்ஷியன்வயலட் எனும் திரவத்தைப் பூசி, ஸல்பானிலமைட் பொடியைத் தூவலாம். தூக்கமின்றி எரிச்சலினுல் குழந்தை வாதனைப்பட்டால் நோவுநீங்க ஆஸ்பரின், சாரிடான் ஏதேனும் அளவோடு உள்ளுக்கு சாப்பிடக் கொடுக்கலாம். காயம் அதிகமாக இருந்தால் தாயார் உடனே வைத்தியரிடம் காட்டி சிகிச்சை செய்வதுதான் சாலச் சிறந்தது.

எலும்புகள் முறிவு

ஓடியாடும் பருவத்துக் குழந்தைகளில் முக்கியமாக ஆண் குழந்தைகள் கீழே விழுந்து கை, அல்லது கால் எலும்புகளை ஒடித்துக் கொள்வதுண்டு. எலும்பு முறிவை வைத்தியர்தான் சிகிச்சை செய்ய இயலும். ஆதலால் தாயார் உடனே வைத்தியரை அழைத்துச் சிகிச்சை செய்விக்க வேண்டும் என்று சொல்லத் தேவையில்லை,

15. நரம்புக் கோளாறுகள்

மூளை, முள்ளந்தண்டு, மூளை நரம்புகள், முள்ளந் தண்டு நரம்புகள் இவை எல்லாவற்றையும் ஒருங்கே நரம்பு மண்டலம் என்ற பெயரில் குறிப்பிடுவதுண்டு. நரம்பு மண்டலத்தில் உள்ள ஒவ்வொரு உறுப்பிற்கும் தனியே ஒவ்வொரு வேலை இருக்கின்றது. ஆரோக்கிய மான வாழ்விற்கு நரம்பு மண்டலமும் ஆரோக்கியமாக இயங்கவேண்டியது அவசியம். அதில் உள்ள எந்த ஒரு சிறு உறுப்பிற்கு சிறிது பலஹீனம் ஏற்பட்டாலும், உடனே அது உடலில் ஏதாவது ஒருவிதமான நரம்புக் கோளாருக வெளித்தோன்றிவிடுகின்றது.

வயது வந்த பெரியவர்களைக் காட்டிலும், சிறு குழந் தைகள் பலவிதமான நரம்புக் கோளாறுகளுக்கு எளிதில் இலக்காகி விடுகின்றனர். ஏனெனில் குழந்தையின் நரம்பு மண்டலம், முற்றுப்பெருத ஒரு கட்டிடத்தைப் போல் வளர்ச்சி பூரணமடையாத நிலையில் உள்ளது. ஈர மான சுவர் நன்ருகக் காய்ந்து உறுதியடையு முன்பே பெரும் மழை ஒன்று கொட்டத் துவங்கிஞல், சுவர் இடிந்து விடுகிறதல்லவா? அதேபோல் முற்றுப்பெருத வளர்ச்சிப்பருவத்தில் உள்ள குழந்தையின் நரம்பு மண்ட லத்தை ஏதேனும் நோய் தாக்கிஞல் அது சுலபமாக சீர்குலைந்து விடுகின்றது. நரம்பு மண்டலம் பாதிக்கப் பட்டுள்ளது என்பதை அதனின்று தோன்றும் பல நரம்புக் கோளாறுகள் நமக்கு அறிவிக்கின்றன. குழந் தைகளிடம் காணப்படும் சில நரம்புக் கோளாறுகளைப் பற்றி இங்கு கவனிப்போம்.

மாந்த இரைப்பு

இது சிறு குழந்தைகளிடம் காணப்படும் மிகவும் அபாயகரமான ஒரு நரம்புக் கோளாறு. குரல் வளையில் உள்ள தசைகள் ஒழுங்காக இயங்காது தாறு

மாருக இயங்குவதினுல் குழந்தைக்கு மாந்த இரைப்பு ஏற்படுகின்றது. குரல் வளையின் நடுவே உள்ள துவாரம் திடீரென்று சுருங்கிக்கொண்டு மூடிக்கொள்வதினுல் குழந்தை மூச்சுவிட முடியாது திணறிப்போகிருன்.

நோயின் அறிகுறி:—இந்தவிதக் கோளாறு பல் முளைக்கும் பருவத்தில் சிறு குழந்தையிடம்தான் காணப்படுகிறது. விளையாடிக்கொண்டிருந்த சிறு குழந்தை திடீரென்று மூச்சுவிட முடியாது திணறிப்போய் தலையை பின்னுக்குத் தள்ளிக்கொண்டு ஆகாயத்தைப் பார்ப்பான். முகம் குங்குமம்போல் சிவந்துவிடும். சில விநாடிகள் இந்த விதப் பயங்கர நிலையில் தடுமாறிய பின்பு, குழந்தையின் குரல்வளையினின்று காக்கை கரையும்பொழுது ஏற்படுகின்றது போன்று 'கொர்' என்ற சப்தம் எழும்பும். சில விநாடிகள் ஸ்தம்பித்துப் போன மூச்சுத் திரும்பவும் வந்ததும், குழந்தை பயத்துடன் 'ஓ'வென்று கூச்சலிட்டு அழுது விட்டு பிறகு தானே சமாதான மடைவான். உடனே மறுபடி விளையாட தன் பொம்மைகளிடம் தவழ்ந்து சென்று விடுவான். இந்தவிதமான இரைப்பு அநேகமாக அதிகாலை வேளைகளிலும், இரவு வேளைகளிலும் குழந்தைக்கு வரலாம். இதற்கு இலக்காகும் குழந்தையை அதிகமாக தாயார் சிரிப்பு மூட்டி விளையாடினுலும், அல்லது சிரிப்புண்டாக்க கன்னத்தையோ, கழுத்தையோ வருடினுலும் உடனே இரைப்பு வந்துவிடும். இரவில் தூங்கும்பொழுது குளிர்காற்று சில்லென்று குழந்தைமீது வீசினுல் உடனே இரைப்பு வந்துவிடும். ஆரம்பத்தில் எப்பொழுதாவது ஒருமுறை அபூர்வமாகத்தான் இரைப்பு ஏற்படும். நாளடைவில் தினசரி பலமுறைகள் கூட வர ஆரம்பிக்கலாம். அனுபவமில்லாத தாயார் மாந்த இரைப்பை கக்குவான் இருமல் எனத் தவருக எண்ணிக் கொள்வதும் உண்டு.

சிகிச்சை:—மாந்த இரைப்பு மிகவும் ஆபத்தான ஒரு நரம்புக் கோளாருதலினுல் தக்க சிகிச்சை செய்யவேண்டியது மிகவும் அவசியம். இரைப்பு ஏற்பட்டு குழந்தை மூச்சுவிடத் தடுமாறிக் கொண்டிருக்கையில் தாயார்

குளிர்ந்த நீரைச் சட்டென முகத்தில் வேகமாக அடிக்க வேண்டும். அவ்வாறு செய்தால் குழந்தை உணர்வு பெற்று சுவாசிக்கத் தொடங்குவான். சூடான வெந்நீரில் ஒரு துணியைப் போட்டுக் கழுத்தின்மீது ஒற்றடம் கொடுத்தாலும் மூச்சுத்திணறல் குறைந்து குழந்தை நன்ருக சுவாசிக்கத் துவங்குவான்.

நரம்பு மண்டலத்தை ஏதோ ஒரு நோய் பலஹீனப் படுத்தியிருப்பதனுல்தான் மாந்த இரைப்பு குழந்தையிடம் தோன்றுகின்றது. ஆகவே, அந்த நோயைக் கண்டு பிடித்துக் குணப்படுத்திவிட்டால் இரைப்பு வருவதும் நின்றுவிடும். அநேகமாக குழந்தையிடம் காணப்படும் பலவித நரம்புக் கோளாறுகளுக்கும் ரிக்கெட்ஸ் எனும் நோய்தான் காரணம் என வைத்தியர்கள் கருதுகின்றனர். ஆகவே இரைப்புக் காணும் குழந்தைக்கு தினசரி இரண்டு தேக்கரண்டி அளவு மீன் எண்ணெயும், கால்ஷியம் மாத்திரை ஒன்றும் உட்கொள்ளக் கொடுக்க வேண்டும். இரவு வேளைகளில் குழந்தை ஆழ்ந்து தூங்க 'பிரோமைட்' எனப்படும் தூக்க மருந்துகளில் ஏதேனும் ஒன்றை வைத்தியரிடம் கேட்டு வாங்கிக் கொடுக்கலாம். இந்த கோளாறுகளுக்கு இலக்காகும் குழந்தை ஓரளவிற்கு இயற்கையாகவே மிகவும் பயந்த மனப்பான்மை உடையவனுக இருப்பான். ஆதலினுல், இந்தக் குழந்தையை மிரட்டி உருட்டிப் பயமுறுத்தியோ முரட்டுத்தனமாக எடுத்துக் கீழே போட்டுவிடுவதாகத் தூக்கி எறிந்து பிடித்து விளையாடவோ கூடாது. அதிக சப்தம், கூச்சல், கோபம் முதலியன இரைப்பை உண்டாக்கிவிடு மாதலால், குழந்தையை மிகவும் அமைதியான சூழ் நிலையிலே வளர்க்க வேண்டும். புஷ்டியான ஆகாரம், அமைதியான சூழ்நிலை, நல்ல தூக்கம் இவைகள் இந்நோயை விரைவில் குணப்படுத்தி விடுகின்றன.

கைகள், கால்கள் இழுத்துக் கொள்ளுதல்

இதை ஆங்கிலத்தில் 'டெட்டனி' என்பார்கள். இதையும் ஒருவகை மாந்த இரைப்பு என்றுதான் கூற வேண்டும். இதுவும் பல் முளைக்கும் பருவத்துக் குழந்தையிடமே தான் அதிகம் காணப்படும்.

நோயின் அறிகுறி :—சில தடவைகள் பேதியான வுடன் குழந்தையின் உடல் சோர்ந்து போகும். அத்துடன் முன்னங்கை, கணுக்காலுக்கு மேலுள்ள தசைகள் இரண்டும் வெடுக்கென்று இழுத்துக் கொண்டு மிகவும் கடினமாகி விறைத்துக் கொண்டு விடுகின்றன. இதனுல் குழந்தையின் கைகள் மடக்கிக் கொண்டு பிரிக்க முடியாது நோவு கொடுக்கின்றன. இதுபோல் கால்களும் மடக்கிக் கொண்டு பிரிக்க முடியாது நோவு கொடுக்கின்றன. இந்நிலையில் சில நிமிஷங்கள் இருந்துவிட்டுப் பிறகு கையும் காலும் பழைய நிலையை அடைவதுண்டு.

சிகிச்சை :—இந்தவிதமான கோளாறு இரத்தத்தில் கால்ஷியம் எனும் சத்துப் பொருள் குறைந்து விட்டதினுலும், பாராதைராய்டு எனும் கோளம் ஒழுங்கீனமாக இயங்குவதாலும் ஏற்படுகின்றன என வைத்தியர்கள் கருதுகின்றனர். ரிக்கெட்ஸ் எனும் நோயால் வருந்திக் கொண்டிருக்கும் குழந்தைக்கே இது பெரும்பாலும் ஏற்படுவதையும் கவனிக்கலாம். ஆகவே இந்த இரைப்பு ஏற்படாது தடுக்க குழந்தைக்கு கால்ஷியமும், மீன் எண்ணெயும் தினசரி சாப்பிடக் கொடுக்க வேண்டும். நீட்ட முடியாது நோவு கொடுக்கும் கால், கையின் மீது வெந்நீர் ஒற்றடம் போட்டால் நோவு குறைந்து அவைகளைச் சுலபமாக நீட்ட இயலும். இரவில் தூக்கமின்றி குழந்தை தொந்தரவு செய்தால் ஏதேனும் ஒருவகை தூக்கமருந்து சாப்பிடக் கொடுத்து தூங்கச் செய்யலாம்.

தலையாட்டம்

ஒரு வயதிற்குட்பட்ட குழந்தையிடம் காணப்படும் கோளாறுகளில் இதுவும் ஒன்று. தஞ்சாவூர் பொம்மையைப் போன்று குழந்தையின் தலை, கழுத்தில் நிற்காது அடிக்கடி முன்னும் பின்னும் ஆடிக்கொண்டிருக்கும். தலையைக் கழுத்தின்மீது நிற்கவைக்க உதவும் தசைகள் பலஹீனமடைந்து விடுவதினுல்தான் குழந்தையிடம் இந்தக் கோளாறு ஏற்படுகின்றது.

சிகிச்சை :—இக்குழந்தைகளுக்கு மீன் எண்ணெய், பழரசம், இரும்புச் சத்துள்ள டானிக் இவைகளைக்

கொடுத்தால் பலஹீனம் சட்டென நிவர்த்தியாகிக் கோளாறு மறைந்து விடும். புஷ்டியான ஆகாரத்தினுலேயே இது மறைந்து விடுமாதலினுல் தாயார் இது பற்றி அதிகம் கவலை கொள்ளத் தேவையில்லை.

தலைமோதல்

இரண்டு வயதிற்குட்பட்ட குழந்தையிடம் இந்தக் கோளாறு காணப்படுவது சகஜம். விளையாடிக் கொண்டிருந்த குழந்தை திடீரென்று தலையை சுவர் அல்லது தரைமீது மிகவும் பலமாகத் தானே வேண்டுமென்று அடிக்கடி மோதிக் கொள்வான். தலையைக் காயப் படுத்திக் கொண்டு விடுவான் என எண்ணி தாயார் இதைக் கண்டு பயப்படுவது இயற்கையே. காதுவ்லி, அல்லது முளைக்கும் பல்லீறு வீங்கி நோவு கொடுத்தாலும் குழந்தை இவ்வாறு தலையை மோதிக் கொள்கிருன் என வைத்தியர்கள் எண்ணுகிருர்கள். குறிப்பிட்ட நோய் குழந்தையிடமிருந்து மறைந்ததும் இவ்வாறு தலையைச் சுவற்றில் மோதிக்கொள்ளும் பழக்கமும் குழந்தையிடமிருந்து மறைந்து விடுகின்றது. ஆகவே இதற்குத் தனிப்பட எவ்வித சிகிச்சையும் தேவையில்லை.

பயந்த கோளாறு

இரவில் தூங்கும் குழந்தை திடீரென்று விழித்துக் கொண்டு அலறி அழுது நடுங்குவதைத்தான் பயந்த கோளாறு என்று அழைக்கிருர்கள். குழந்தைமீது பேய், பிசாசுகளின் நிழல் (பிசாசுகள் கண்ணுக்கு புலப்படாதவைகள் எனக் கூறப்படுகின்றன. அவைகளின் நிழல் என்பது கண்களாலேயே சிறிதும் பார்க்க முடியாததாக இருக்கக் கூடும்!) அல்லது காற்றுப் பட்டுவிட்டதினுலும் குழந்தை ஏதோ பயங்கரமான காட்சியைக் கண்டு மிரண்டு கொண்டுவிட்டதினுலும் இந்தத் தொந்தரவு ஏற்படுவதாக வீட்டில் உள்ள வயதான பெண்கள் கருதுவதால் இதற்குப் பயந்த கோளாறு என்ற பெயர் ஏற்பட்டுள்ளது. அனேகமாக இரண்டு வயதிலிருந்து எட்டு வயதிற்

குட்பட்ட குழந்தையிடம்தான் இந்தக் கோளாறு அதிகம் காணப்படுகின்றது.

அறிகுறி :—நன்ருகத் தூங்கிக் கொண்டிருந்த குழந்தை திடுக்கிட்டு எழுந்து படுக்கையில் உட்கார்ந்து கொள்வான். தூக்கம் முழுதும் கலையாது கண்களை மூடிய படியே பயத்துடன் அலறிக் கூச்சலிட்டு அழுவான். தாயார் வாரி எடுத்து அணைத்துக் கொண்டு, சமாதானப் படுத்தி வெகு நேரம் சென்ற பின்புதான் அவனது தூக்கம் கலைந்து அவனுக்கு விழிப்பு ஏற்படும். பேசும் பருவத்துக் குழந்தையாளுல் தான் எதற்காக கூச்சலிட்டான் என்பதை மெல்ல தாயாரிடம் பிறகு கூறுவான். அநேகமாக புலி, சிங்கம் போன்ற துஷ்ட மிருகங்கள் தங்களை கடிக்க வந்ததாகப் பயங்கரமான கனவுகள் காண்பதிஞல் தான் இக்குழந்தைகள் அலறி அழுது விழித்துக் கொள்கின்றனர். வெகு சிறு குழந்தையாஞல் அவனது பயம் எதஞல் ஏற்பட்டது என்று தாயார் அறிந்து கொள்ள முடிவதில்லை.

பிரபல ஆசிரியர் சார்லெஸ் லாம்ப் என்பவர் குழந்தைப் பருவத்தில் பயந்த கோளாறிஞல் மிகவும் அவதிப் பட்டவராம். அவர் தமது 'எலியாவின் கட்டுரைகள்' என்ற நூலில் ஓரிடத்தில் "நான் பயந்த கோளாறிஞல் மிகவும் அவதிப்பட்டேன். இரவு நேரம், தனிமை, இருள் இவைகள் எல்லாம் எனக்கு பெரு நரகமாக இருந்தன. நான்காவது வயதிலிருந்து ஏழு அல்லது எட்டாவது வயதுவரை இரவிலே நான் தலையணையில் தலையை சாய்த்ததில்லை என்ருல் மிகையேயில்லை" எனக் கூறுகிருர்.

இதன் காரணம்:—பயந்த கோளாறு என்பது ஆரோக்கியமாக வளரும் குழந்தையிடம் காணப்படுவதே இல்லை. பிறவியிலேயே நரம்புகள் தளர்ச்சியாக உள்ள குழந்தைகளிடமும், பள்ளிக்கூடத்தில் அதிகமாகப் படிக்கும் குழந்தைகளிடமும் இந்தக் கோளாறு காணப் படுகின்றது. தொண்டையில் டான்ஸில், அடிஞய்டு இவைகள் பெரிதாக வளர்ந்திருந்தாலும், மலச்சிக்கல் அதிகம் ஏற்பட்டிருந்தாலும் பயந்த கோளாறு குழந்தையிடம் காணப்படுகின்றது.

சிகிச்சை:—வீட்டிலுள்ள பாட்டி இதை பிசாசின் துஷ்ட லீலை என்று கருதுவதினால், குழந்தை இரவில் விழித்துக்கொண்டு அலறினால், மாடத்திலே தயாராக வைத்திருக்கும் திருநீறை எடுத்து இஷ்ட தெய்வங்களை ஜெபித்து குழந்தையைக் காக்கும்படி வேண்டிக்கொண்டு நெற்றியின்மீது பூசுகிருள். அடிக்கடி இரவிலே இதனால் குழந்தை வாதனைப்பட்டால், இதற்கென மந்திரம் ஜெபித்த கயிறுகள், பயத்தை விரட்டி அடிக்கும் சக்தி யுள்ள தாயித்துகள் இவைகளை குழந்தைக்கு அணிவிப்பதும் உண்டு. வேறு சிலர் பயந்த கோளாறுக்கு மோரைக் காய்ச்சி குழந்தைக்குக் குடிக்கக் கொடுப்பார்கள். ஒரு பாத்திரத்தில் கொஞ்சம் மோரைவிட்டு, அதனுள் பழுக்கக் காய்ந்த இரும்புக் கரண்டியைச் 'சுர்' என்ற சப்தம் செய்யவிட்டு எடுத்துப் பிறகு அந்த மோரைக் குழந்தைக்குக் கொடுத்தால் பயந்த கோளாறு குணமாகிவிடும் என்ற ஒரு நம்பிக்கை அவர்களுக்கு இருக்கிறது.

மேற்கூறிய சிகிச்சை முறைகள் எல்லாவற்றிற்கும் சாஸ்த்ரீகமாகவோ, விஞ்ஞான ரீதியாகவோ ஆதாரங்கள் ஏதும் இல்லாததால் அவைகள் பயனற்றவை என்று கூறலாம். பயந்த கோளாறினால் அவதிப்படும் குழந்தையின் தொண்டையை முதலில் பரீக்ஷை செய்து பார்க்க வேண்டும். டான்ஸிலோ, அடினய்டோ அதிகம் வளர்ந்திருந்தால் முதலில் அதற்குத் தக்க சிகிச்சை செய்விக்க வேண்டும். பள்ளிக்கூடத்தில் அதிகம் படிப்பதனால் குழந்தை சோர்ந்து போகிருன் என்ற சந்தேகம் இருந்தால் தக்க ஓய்வும், விளையாட வசதியும் தாயார் ஏற்படுத்திக் கொடுக்க வேண்டும். மலச்சிக்கலை நிவர்த்தி செய்ய ஒருமுறை பேதிக்குக் கொடுப்பது அவசியம். சாப்பிட்ட உடனே குழந்தையைத் தூங்க அனுமதிக்கவே கூடாது. உணவு இரைப்பையில் நிறைந்திருந்தால் அதன் கனம் சுவாசப்பைகளை அழுத்தும். அதனால் குழந்தை பலவிதமான பயங்கரக் கனவுகள் கண்டு விழித்துக்கொள்கிருன் என வைத்தியர்கள் கருதுகின்றனர். ஆகவே உணவு நன்ருக ஜீரணமடைந்த பின்புதான் குழந்தையை தூங்கச் செய்யவேண்டும். 'அதுவரை கதைகள் சொல்லியோ, ரேடியோ கேட்கச் செய்தோ,

விளையாட்டுக் காட்டியோ அவனது கவனத்தை தூக்கத் தினின்று வேறு விஷயங்களில் திருப்பி வைத்திருக்க வேண்டும். நிம்மதியாகத் தூங்க, பிரோமைட் கலந்த கால்ஷியம் மாத்திரைகளை உள்ளுக்குச் சாப்பிடக் கொடுக்கலாம். இரவில் தூங்கும் முன் சுடச்சுட ஒரு கோப்பை பால் பருகக்கொடுப்பதும் நலம் பயக்கும். புஷ்டியான ஆகாரம், ஓய்வு, விளையாட வசதிகள் இவைகள் இந்தக் கோளாறை விரைவில் குணப்படுத்தி விடுகின்றது.

படுக்கையில் மூத்திரம் கழித்தல்

தேவையான பொழுது மட்டும் மூத்திரத்தைக் கழித்துவிட்டு மற்ற சமயங்களில் தன்னுள் அடக்கி வைத்துக்கொள்ளும் சக்தி குழந்தைக்கு மூன்றுவயதிற்கு மேல்தான் ஏற்படுகின்றது. மூத்திரப்பையை இயக்குவிக்கும் நரம்புகள் உறுதியடைய அவ்வளவு காலம் ஆகின்றது. அதனுல்தான் சிறுகுழந்தை நினைத்த சமயமெல்லாம் படுக்கையிலே மூத்திரம் கழித்து விடுகின்ருன். இரண்டு வயதிற்கு மேற்பட்ட குழந்தையிடம் மூத்திரத்தை அடக்கித் தேவையான சமயம்மட்டும் கழிக்கும் சக்தி தானே மெல்ல ஏற்பட்டு விடுவதினுல், மூன்ருவது வயதை அடைந்ததும் இரவு வேளைகளில் படுக்கையில் மூத்திரம் கழிக்கும் பழக்கம் தாகைவே நின்றுவிடுகின்றது. ஆனுல் சில குழந்தைகள் வயது எட்டு ஆகியும் இரவு வேளையில் சிறு குழந்தையைப்போல் படுக்கையில் மூத்திரத்தைக் கழித்து நாசப்படுத்தி விடுகிருர்கள். இதற்குப் பின் வருவன காரணமாக இருக்கலாம்.

திமிர் பூச்சிகள் குடலில் அதிகம் இருந்தால், அவைகள் இரவு வேளைகளில் ஆசனவாயிலில் வந்து தங்கி ஒரு விதமான அரிப்பை உண்டாக்குகின்றன. இந்த அரிப்பு குழந்தையை படுக்கையில் மூத்திரம் கழிக்கச் செய்து விடுகின்றது. டான்ஸில் அல்லது அடினுய்டு வீங்கியிருந்தாலும் குழந்தை படுக்கையை மூத்திரத்தினுல் நாசப்படுத்துவான். ஆண் உறுப்பில் மூத்திரத் துவாரத்தை சதை அடைத்திருந்தாலும், பெண் உறுப்பில் விளையாடும்

பொழுது மணல், தூசி இவைகள் உள்ளே சென்று உறுத்திக் கொண்டிருந்தாலும் குழந்தைகளுக்குப் படுக்கையில் மூத்திரம் கழிக்கும் பழக்கம் ஏற்படலாம். மேலும் சிறு வயதிலேயே மூத்திரம் கழிப்பது பற்றி தாயார் சரியான பயிற்சி அளிக்காததினுல் குழந்தைக்கு அடக்கும் சக்தி ஏற்பட தாமதமாகின்றது. சில சமயம், குழந்தை படுக்கையை நாசப்படுத்துவதற்குக் காரணம் மனோ பாவனையாகவும் இருக்கலாம். கோபம், பொருமை, பயம் முதலியன இந்தக் கோளாறை உண்டாக்கலாம். உதாரணமாக நான்கு வயதுச் சிறுவன் படுக்கையிலே மூத்திரம் கழிக்கும் பழக்கத்தை விட்டுப் பல மாதங்கள் ஆரோக்கியமாக வளர்கின்றுன். அவனது தாயார் இன்னொரு குழந்தையை பெற்றெடுக்கிருள். தனக்குப் போட்டியாக அவனது அன்பைப் பகிர்ந்துகொள்ள இன்னொரு குழந்தை வந்துவிட்டான் என்ற பொருமை உணர்ச்சி முதல் குழந்தையை மிகவும் பாதிக்கின்றது. தம்பிப் பாப்பா பிறந்த சில தினங்களில் அண்ணன் படுக்கையில் மூத்திரம் கழிக்கத் துவங்கிவிடுகிருன். இதேபோன்று இடமாற்றம், வீட்டிலே யாராவது இறந்துபோவது முதலியன குழந்தையின் மனோபாவனையில் அதிர்ச்சியைக் கொடுத்து அவனிடம் இந்தக் கோளாறைத் தோற்றுவிக்கின்றன.

சிகிச்சை:—காரணம் என்னவென்று தாயார் ஆராய்ந்து அறிய வேண்டும். வயதாகியும் வெட்கமின்றிப் படுக்கையின் மேலே மூத்திரம் கழிக்கிருன் என்று தாயார் தனது சிறு மைந்தனை அதட்டவோ, கோபிக்கவோ கூடாது. குடல் பூச்சிகள் தொந்தரவு கொடுத்துக் கொண்டிருந்தால் அதற்குத் தக்க சிகிச்சைகள் செய்யவேண்டும். தொண்டையில் டான்ஸில், அடினுய்டு இவைகள் வீங்கியிருந்தால் அவைகளை முதலில் கவனித்து நிவர்த்தி செய்ய வேண்டும். படுக்கைக்குப் போகு முன் மூத்திரத்தைக் கழித்து விட்டுப் போகும்படி குழந்தைக்கு சிறு வயதிலிருந்தே பழக்கம் செய்ய வேண்டும். இன்னொரு குழந்தை பிறந்ததும் தாயார் தன்னைப் புறக்கணித்துவிட்டாள் என்ற பொருமை உணர்ச்சி குழந்தைக்கு ஏற்பட இடமே கொடுக்கக் கூடாது. இரண்

டாவது குழந்தைக்கு தாயாகி விட்டாலும் தனது மூத்த சிறு மைந்தனை இரவு வேளையில் அருகிலேயே படுக்க வைத்துக் கொண்டு, அவன் மீது அன்பு சிறிதும் குறையவில்லை என்பதை அவன் உணரும்படி ஆதரவு காட்ட வேண்டும்.

. மேலே கூறிய பல விதமான சிகிச்சைகளாலும் இந்தத் தொந்தரவு சில தினங்களில் தானே மறைந்துவிடும்.

வலிப்பு

குழந்தைப் பருவத்திலே காணப்படும் பல நரம்புக் கோளாறுகளில் வலிப்பு என்பது மிகவும் அபாயகரமானதாகும். அது அனேகமாக ஆறு மாதத்திலிருந்து இரண்டு வயதிற்குட்பட்ட சிறு குழந்தையிடமே அதிகம் வருகின்றது.

காரணம்:—அஜீரணம், மலச்சிக்கல், குடல் பூச்சிகள் வயிற்று வலி, பேதி இவைகள் ஏற்பட்டால் குழந்தைக்கு வலிப்புக் காணலாம். பல் முளைக்கும்போது சில சமயம் வலிப்பு வரக்கூடும். காதுவலி, மூத்திரத் துவாரத்தில் சதை அடைத்திருத்தல் முதலியன கூட வலிப்பை உண்டாக்கலாம். கடும் காய்ச்சல், மூச்சு-முட்டல் முதலியனவும் வலிப்பை உண்டாக்கலாம்.

நோயின் அறிகுறி:—உக்கிரமமான காய்ச்சல் வீசும் பொழுது திடீரென்று கைகால்கள் இழுத்துக் கொண்டு உதறத் துவங்கும். குழந்தை அத்துடன் மூச்சுவிட முடியாதவன் போல் திணறுவான். முகம் சிவந்துகொண்டு விடும். கண்கள் பார்வையற்றவைபோல் அசையாது குத்திட்டுக் கொண்டுவிடும். அல்லது மேலே சொருகிக் கொண்டுவிடும். விரல்கள் முடங்கிக்கொண்டும் பற்கள் கிட்டிக் கொண்டும் காணப்படும். சில விநாடிகள் இவ்வாறான ஒரு நிலையில் இருந்த குழந்தை அத்துடன் உணர்வை இழந்து விடுவதுண்டு. வலிப்பு ஒரே ஒரு முறை வந்து விட்டுத் தானே அடங்கிப் போவதுண்டு. சில சமயம் ஐந்து நிமிஷத்திற்கு ஒரு முறையாக வந்து, தக்க சிகிச்சைகள் மேற்கொள்ளுமுன் குழந்தைக்கு மரணம் ஏற்பட்டு விடுவது முண்டு.

சிகிச்சை:—வலிப்பு என்பது ஒரு நோய் அல்ல. உடலில் உள்ள ஏதோ ஒரு உபாதை, நரம்பு மண்டலத்தைப் பாதிப்பதினால் வலிப்பு ஏற்படுகின்றது. வலிப்பு ஏற்படக் காரணம் என்ன என்று அதைக் கண்டு பிடித்து அதற்குத் தக்க சிகிச்சை செய்வதுதான் சாலச் சிறந்ததாகும்.

காய்ச்சல் அதிகமாக வீசும்பொழுது, வலிப்பு ஏற்படாது தடுக்க ஐஸ் பையை வைத்துக் காய்ச்சலை குறைக்க வேண்டும் என்று முன்பே கூறியுள்ளோம். வலிப்பு வந்ததும் உடனே தாமதமின்றி வைத்தியருக்குச் சொல்லி அனுப்ப வேண்டும். அவர் வருவதற்குள், தாயார் குழந்தைக்கு இறுக்கமாக ஆடைகள் அணிவித்திருந்தால் அவைகளை அவிழ்த்துவிட்டு நிர்வாணமாகப் படுக்கைமீது அவனைக் கிடத்தி, நல்ல கம்பளியினால் உடலைப் போர்த்த வேண்டும். மலச்சிக்கல் இருக்கலாம் என்ற சந்தேகமிருந்தால் கிளிசரின் எனிமா அல்லது சோப்பு நீர் எனிமாக் கொடுத்து குடலைச் சுத்தப்படுத்த வேண்டும். வாயுத் தேக்கத்தால் வயிறு உப்பியிருந்தால் டர்பன்டைன் தடவி ஒற்றடம் கொடுப்பது நலம். வலிப்பை நிறுத்த வைத்தியர் குளோரால் எனும் மருந்தை ஆசன மூலமாக உள்ளுக்குச் செலுத்துவார். சில சமயம் வலிப்பு நிற்காது அடிக்கடி வந்துகொண்டேயிருந்தால், முதுகுத் தண்டில் ஊசியைக் குத்தி அதிலிருந்து சிறிதளவு தண்ணீர் வெளியே எடுப்பதுண்டு. இவ்வாறு செய்தால் மூளையில் ஏற்பட்டிருக்கும் அழுத்தம் குறையும்; அத்துடன் வலிப்பும் குறையும் என்று வைத்தியர்கள் கருதுகின்றனர். சில சமயம் வலிப்பு மிகவும் கடுமையாக இருந்தால் அதை நிறுத்த குளோரோபாரம் போன்ற மயக்க மருந்துகளையும் வைத்தியர் உபயோகிப்பதுண்டு. வலிப்பை நிறுத்தியதும் அதன் காரணம் என்ன என்று ஆராய்ந்து அதற்குத் தக்க சிகிச்சை செய்ய வேண்டும். இல்லாவிடில் அடிக்கடி வலிப்பு வந்து, தாயாருக்கு குழந்தை ஓயாத தொல்லை கொடுத்துக் கொண்டிருப்பான். வலிப்பு நோய் அவனது நரம்பு மண்டலத்தை நாளடைவில் மிகவும் பலஹீனப்படுத்தி விடுமாதலால் அதை ஆரம்பத்திலேயே தக்க சிகிச்சையினால் நிவர்த்தி செய்துவிடவேண்டியது இன்றியமையாததாகும்.

16. நோயற்ற வாழ்வு

'நோயற்ற வாழ்வே குறைவற்ற செல்வம்' என்பது குழந்தை வளர்ப்பிலே மிகவும் பொருத்தமானதொரு பொன் மொழியாகும். ஆரோக்கியம் என்பதைவிட பெற்றோர்கள் குழந்தைக்குத் தேடிக் கொடுக்கக்கூடிய உயர்ந்த செல்வம் உலகில் வேறு ஒன்றுமே கிடையாது எனத் திண்ணமாகக் கூறலாம்.

ஆரோக்கியமாக குழந்தையை வளர்க்கும் பொறுப்பில் பெற்றோர்கள் இருவருக்கும் பங்கு உள்ளது. ஆரோக்கியம் என்றால் உடலை மட்டும் குறிப்பிடுவதல்ல; உள்ளத்தின் ஆரோக்கியமும் உடலைப்போன்றே மிகவும் முக்கியமானது. பொதுவாக ஆரோக்கியம் என்றால் குழந்தையின் உடல், உள்ளம் இரண்டையுமே குறிப்பதாகும். உடலின் ஆரோக்கியத்தைப் பாதுகாக்கும் பொறுப்பு தாயினுடையது. உள்ளத்தின் ஆரோக்கியத்தைப் பாதுகாக்கும் பொறுப்பு தந்தையினுடையது. இந்த இரண்டையும் பாதுகாக்க வேண்டிய பொறுப்பு சமூகத்திற்கும் ஓரளவு உண்டு.

தாயின் கடமை

பிறக்கப் போகும் குழந்தையின் ஆரோக்கியமானது அவன் கருப்பையில் இருக்கையில்கூட பாதிக்கப்படலாம். ஆகையினால் தாயார் கர்ப்ப காலத்தில் தேவையான வைத்திய உதவிகளைப் பெற்றுக்கொண்டு, தனது உடல் நிலையைச் சீராகப் பாதுகாக்க வேண்டும். குழந்தை பிறந்த பின்பு, அவனது உடல் வளர்ச்சியிலே கண்ணும் கருத்துமாக இருந்து போஷிக்க வேண்டியது மிகவும் அவசியம்.

மேலை நாட்டினருடன் ஒப்பிடும்போது இந்தியரின் பொதுவான உடல் ஆரோக்கியமும், ஜீவிய காலமும் மிகவும் குறைவாக உள்ளன என்பது யாவரும் அறிந்ததே. அமெரிக்கரின் சராசரி ஜீவிய காலம் 65 வயது என்றால் இந்தியரின் சராசரி வயது 24-க்குமேல் தாண்டுவ

இல்லை. இந்தியருக்கு ஏற்பட்டுள்ள அற்ப ஆயுளுக்குக் காரணம் போஷணைக் குறைவுதான் என்பது அறிஞர்களின் கருத்து.

வலிமை பொருந்திய உடலும், ஆரோக்கியமான வாழ்வும், நீண்ட ஆயுளும் குழந்தைகளுக்கு ஏற்பட வேண்டுமானால் தாயார் குழந்தைகளைப் பிறந்ததிலிருந்து நன்றாகப் போஷணையாக வளர்க்க வேண்டும். பெரும்பாலான தாயார் குழந்தையின் உணவு, வளர்ச்சி இவைகளைப் பற்றி ஊன்றிக் கவனிப்பதே இல்லை. செல்வ வசதிகள் இருந்தும் நம்மில் சிலர் வீடுகளில் குழந்தை உண்ணும் உணவைப் பற்றி தாயார் கவனிக்கவோ, கண்டிக்கவோ பொழுதில்லாமல் இருக்கிறாள். முதல்வயதிலிருந்து பதினெட்டு வயதுவரை உடல் உறுப்புகள் வேகமாக வளர்கின்ற இளம் பருவத்திலே குழந்தையின் உணவைப் பற்றி அசட்டையாக இருந்துவிட்டு, குழந்தை வளர்ந்து பெரியவனான பின்பு குடம் நிறையப் பாலும், கூஜா நிறையப் பழரசமும் அருந்தித்தான் பயன் என்ன? வளர்கின்ற பருவத்திற்குப் பின்பு எடுத்துக்கொள்ளும் சத்துநிறைந்த ஆகாரம், பாலைவனத்திலே பாய்ச்சிய நீருக்குச் சமமாகும். உடலுக்கு வேண்டிய சக்தியைக் கொடுத்தது போக மீதமான சத்துப் பொருள், கொழுப்புக் கோளங்களாக மாறி, தேவையில்லாத இடங்களில் குவிந்து கொண்டு வீணாக உடலைப்பருக்க வைப்பதற்குத்தான் உதவுகின்றன. உடல் அளவுக்கு மீறிப் பருத்து விட்டதென்று பிறகு இளைக்க மருந்துகளையும், தேகப் பயிற்சி மார்க்கங்களையும் நாட வேண்டி வருகின்றன. அதனால்தான், 'காலத்தில் பயிர்செய்' என்று அறிந்தவர்கள் கூறுகின்றார்கள்.

இரண்டாவதாக நோய்கள் வந்த பின்னர் சிகிச்சை செய்வதைவிட வருமுன் தடுத்துக் காப்பதுதான் சிறந்ததாகும். அம்மை, காலரா, டைபாய்டு, டிப்தீரியா போன்ற தொத்து நோய்களை வராது முன்கூட்டியே தடுத்துவிடலாம். ஆகவே, ஒவ்வொரு குழந்தைக்கும் இந்நோய்கள் ஏற்படாது அம்மைப் பால் வைத்து, ஊசி போட்டுத் தடுக்க முயற்சிக்க வேண்டும்.

பொதுவாக குழந்தையை நன்ருகப் போஷித்து கருத்துடன் வளர்த்தால் அநேகமாக நோய் நொடி ஒன்றும் ஏற்படாது மிகவும் ஆரோக்கியமாக இருப்பான். உடலில் வலிமை குறைந்தால்தான் நோய்கள் ஏற்படுகின்றன. உடல் வலிமை குறையாது தாய் பாதுகாத்து விட்டால் நோய் ஏற்பட வழியேது?

தந்தையின் கடமை

ஆரோக்கியமான மனநிலை குழந்தைக்கு ஏற்படுவதற்கு தந்தை மிகவும் பொறுப்பாளர் ஆகின்ருர். இயந்திர யுகத்திலே வாழ்கின்ற அநேகருக்குத் தங்கள் குழந்தைகளுடன் சிறிது நேரம் பேசவோ, விளையாடவோ பொழுது இருப்பதில்லை. காலையில் ஆபீஸிற்கு தந்தை கிளம்பும்போது குழந்தை தூங்கிக்கொண்டிருப்பான். இரவு தந்தை வீடு திரும்புமுன், குழந்தை ஆகாரம் சாப்பிட்டுவிட்டு தூங்கிப் போயிருப்பான். இவ்வாறு தந்தைக்கும் குழந்தைக்கும் பரிச்சயம் ஏற்படாது, குழந்தை வளர்ந்து பெரியவனுகிருன். உடல் வளருவது போல் மனமும் அறிவும் வளரும் இளமைப் பருவத்திலே, தந்தையின் போதனையும், நட்பும் குழந்தையின் ஆரோக்கியமான மனவளர்ச்சிக்கு மிகவும் அவசியம். சில வீடுகளில் தந்தை என்பவர் ஏதோ புலி, கரடி, சிங்கம் போன்ற ஒரு துஷ்ட மிருகம்போல் குழந்தைகளுக்கு கிலியையும், பயத்தையுமே உண்டுபண்ணுகின்ருர். "அப்பா ஆபீஸிலிருந்து வந்துவிட்டாரா? இனி சத்தம்போட்டு சிரிக்கக் கூடாது!" என்று பயந்து மூலைக்கொருவராக குழந்தைகள் ஓடி மறைகின்றனர். இவ்வாருன மனப்பான்மையுடன் குழந்தையை வளரவிடுவது மிகவும் தவறு. குழந்தையின் அறிவு அபிவிருத்தியில் தந்தை கருத்துக் காட்ட வேண்டும். தான் செய்யும் காரியம் தவரு, சரியா என்பதை தந்தையிடம் கேட்டுத் தெரிந்து கொள்ளலாம் என்ற நம்பிக்கை குழந்தைக்குச் சிறு பிராயத்திலிருந்தே வளர்வதற்கு தந்தை மிகவும் நெருங்கி அன்புடன் பழகியிருந்தால்தான் சாத்தியமாகும். தந்தைக்கும், தனயனுக்கும் கருத்துகளில் ஒற்றுமையும், அன்பும், நட்பும் இல்லாததினுல்தான், அநேக இளைஞர்கள் தங்கள்

வாலிப வயதில் தவருன பல செய்கைகளில் இறங்கி அவதியடைகின்றனர். தந்தை கண்டிப்பானவர்; மன்னிக்கமாட்டார் என்ற பயம் குழந்தையின் மனதில் ஏற்படவே இடம் கொடுக்கக்கூடாது. தவரு? சரியா? என்று தந்தையிடம் கேட்டு தெரிந்துகொள்ளலாம் என்ற நம்பிக்கை உள்ளத்திலே துளிர்விட்டு வளரவேண்டும். இவ்வாருன ஆரோக்கிய மன வளர்ச்சிக்குத் தந்தை மிகவும் பொறுப்பாளர் ஆகிருர்.

சமூகத்தின் கடமை

யாருடைய குழந்தையோ நமக்கென்ன என்ற மனப்பான்மையுடன், குழந்தைகளைப் பாதிக்கும் ஏழ்மையையோ நோயையோபற்றி சமூகம் அசட்டையாக இருந்துவிட முடிவதில்லை. குழந்தைகளைப் பசியுடனே, நோயுடனே, அனுதைகளாகத் தெருக்களில் திரிய விட்டால் அதன் பயனை சமூகம் அனுபவிக்க நேர்கின்றது. அனுதைக் குழந்தை ஒன்று டைபாய்டு நோயினல் பாட்டைசாரிகளின் பாதையிலே கேட்பாரற்றுக் கிடந்ததென்ருல், நோய் அந்தக் குழந்தை ஒன்றைமட்டும்தான் பாதிக்கின்றதா? அக்குழந்தை கழிக்கும் கழிவுப்பொருள்களில் வந்து உட்காரும் ஈக்கள் பல ஆயிரக்கணக்கான கிருமிகளைத் தமது கால்களில் சுமந்துகொண்டு செல்வத்துச் சூழ்நிலையில் சுகமாக வசிக்கும் செல்வந்தர் வீட்டிற்குள் பறந்து சென்று, அவர்கள் குழந்தைகள் சாப்பிடும் ஆகாரத் தட்டுகளில் உட்காருகின்றன. இவ்வாறு நோயானது ஏழ்மையிலிருந்து செல்வத்திற்குப் பரவ வழிகள் பல இருக்கின்றன. ஆகவே, சமூகம் ஆரோக்கியமாக இருக்க வேண்டுமென்ருல் ஏழ்மை காரணமாக நோயுற்று, கேட்பாரில்லாது குழந்தைகள் தெருக்களில் திரிய சமூகம் இடம் கொடுக்கக்கூடாது.

மேலும் ஏழ்மையும், பொறுப்பற்ற வாழ்க்கையும் குழந்தையின் மன ஆரோக்கியத்தைப் பெரிதும் பாதிக்கின்றன. சிறு பிள்ளைப் பருவத்திலே காணப்படும் திருட்டு, லஞ்சம் முதலிய அனேக குற்றங்களுக்கு ஏழ்மையும், பொறுப்பற்ற வாழ்வும் ஒரு காரணம் என்பது அறிஞர்

களின் கருத்து. அதனுல்தான் இலக்கிய மேதையான விக்டர்பெருகோ 'குற்றவாளி என்று கூண்டியிலே வந்து சமூகம் அல்லவா நியாயத்தை நோக்கி நிற்கின்றது' என்கிருர். மனித சமுதாயத்திலே மலிந்து நிற்கும் பெரும்பாலான குற்றங்களுக்குக் காரணம் சமூகத்திலே காணப்படும் ஏற்றத்தாழ்வுகள், குறுகிய மனப்பான்மைகள், அர்த்தமற்ற கட்டுப்பாடுகள் முதலியன ஆகும்.

ஏழை, அனுதை என்ற காரணங்களால் கவனிப்பாரற்றுக் குழந்தைகள் தெருக்களிலே திரியும்படி சமூகம் அனுமதிக்கக் கூடாது. ஏழைக் குழந்தைகள், அனுதைக் குழந்தைகள் இவர்களைப் பாதுகாக்க, பல பொது ஸ்தாபனங்கள் ஏற்படுத்த சமூகம் முன் வந்து உதவ வேண்டும். இந்தப் பொதுப் பணியினுல் சமூகத்தின் ஆரோக்கியம் மறைமுகமாகக் காப்பாற்றப் படுகின்றது என்பதை மறக்கக் கூடாது. இதனுல்தான் ''ஊரான் பிள்ளையை ஊட்டி வளர்த்தால் தன் பிள்ளை தானே வளரும்'' என்கிருர்கள் நமது பெரியோர்கள். இந்தப் பொன்மொழி முற்றிலும் உண்மையானது.

★

5 MAR19[illegible]
MADRAS

இந்நூலில் கண்ட நோய்கள்

அலர்ஜி	Allergy
ஆஸ்த்துமா	Asthma
ஆப்தால்மியா நியோ நேடோரம்	Ophthalmia Neonatorum
இம்படைகோ	Impetigo
இன்பன்டைல் பராலிஸிஸ்	Infantile Paralysis
இன்புளுயன்ஸா	Influenza
இன்பான்டைல் சிர்ரோஸிஸ்	Infantile Cirrhosis
எக்ஸீமா	Eczema
எரிஸிபஸ்	Erysiples
கானரியா	Gonorrhea
காண்டிலமேடா	Condylomata
கர்புட்	Caput
கிபால்ஹிமேடாமா	Cephalhaematoma
கிளப்ட் பாலட்	Cleft Palate
ஹெர்னியா	Hernia
ஹேர்லிப்ஸ்	Harelips
ஸிபிலிஸ்	Syphilis
ஸ்கர்வி	Scurfy
ஸ்கேபீஸ்	Scabies
டிப்தீரியா	Diphtheria
டெட்டனஸ்	Tetanus
டெட்டனி	Tetany
டைபாய்டு	Typhoid
திரஷ்	Thrush
நிமோனியா	Pneumonia
நோமா	Noma
பாஸிலரி டிஸண்டரி	Bacillary dysentery
பாலியோமைலைடிஸ்	Poliomylitis
பிராங்கைடிஸ்	Bronchitis
பெல்லாகிரா	Pellagra
மம்ஸ்	Mumps
மீஸல்ஸ்	Measles
மெனன் ஜைட்டிஸ்	Menin gitis